Со своим кимоно в Японию стр. 105

### ридерз Байджест

Reader's Digest

прорыв в медицине

### ЧУДО чтой Становится

Сергей Безруков Я хочу,

Я хочу, чтобы зритель полюбил моего героя.

CTP. 44

CIP. 30

реальностью



### секретов

стр. 54 УДАЧИ

**А Также** «Там еще остался ребенок!» ★ Добрая фея кукол ★ Дельфийский оракул: тайна пророчества Осторожно, злая собака! ★ Трое суток под землей





достаточно активизировать микроциркуляцию.

### OLIGO 25

### ОЛИГО 25

МАРГАНЕЦ + ПОЛИФРУКТОЛ

Первое увлажняющее средство, активизирующее микроциркуляцию.

Возвращает коже здоровый вид и сияние. Сужение сосудов является одной из причин тусклого цвета лица. ОЛИГО 25 содержит Марганец, который препятствует сужению кровеносных сосудов и активизирует микроциркуляцию крови, возвращая коже здоровый вид и свежесть. Гипоаллергенно. Содержит Термальную Воду VICHY.

Эффективность доказана под контролем дерматологов.



после 14 дней применения средства.

Продается исключительно в аптека:

### НОВИНКА



VICHY. ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ КОЖИ



### ЛеВитт Уоллес и Лайла Ачесон Уоллес ОСНОВАТЕЛИ

Главный редактор: Э. Медведева Редакторы: В. Кулагина, Е. Питерская Технический редактор: С. Ермаков Корректор: М. Таги-Заде

Секретарь редакции: О. Хвостик

Финансовый менеджер: И. Семенюк Директор по маркетингу: О. Беклемишева **Менеджер по производству:** С. Егорова **Директор по рекламе:** 3. Чередниченко Менеджер по рекламе: В. Косенко

© 2003 Издательский Дом Ридерз Дайджест Воспроизведение в любом виде, полностью или частями, на русском и других языках запрещено

**Издатель:** ЗАО «Издательский Дом Ридерз Дайджест». Зарегистрирован в Министерстве печати и информации Российской Федерации. Свидетельство № 012399. ISSN 1018-3795

Адрес русской реданции: 119021, Москва, Зубовский бульвар, 17 тел. (095) 725-25-70, www.rd.ru

Отпечатано в типографии R.R. Donnelley Europe Sp. z o.o., Краков, Польша

Тираж: 500 000 экземпляров

Подписные индексы: 40909, 26194

Ридерз Пайджест Ассосизйшн, Инк. (США) Председатель правления и

Генеральный директор: Томас О. Райдер Главный редактор: Эрик У. Шрайер Директор зарубежных изданий журнала:

Конрал Кишел Президент, Европейские компании:

Йен К. Марш

Адрес Главной редакции: Reader's Digest, Pleasantville, NY 10570, U.S.A.

Журнал «Ридерз Дайджест» издается на английском [США, Великобритания, Австралия, Канада, ЮАР, Новая Зеландия, Индия, Азия], испанском [США, Латинская Америка, Испания], португальском [Португалия, Бразилия], шведском, финском, норвежском, датском, французском [Бельгия, Франция, Швейцария, Канада], немецком Германия, Швейцария], итальянском, голландском [Голландия, Бельгия], китайском, русском, венгерском, чешском, словацком, польском, корейском и тайском языках

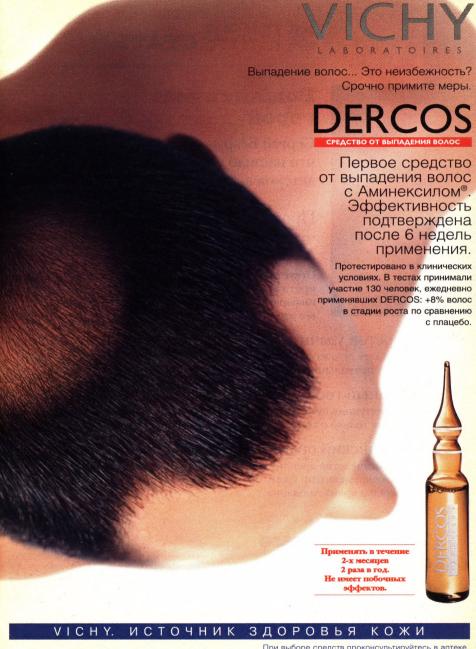
### Дорогие друзья!

Для нас очень важно поддерживать с вами постоянную связь, знать вашу реакцию на материалы, опубликованные в журнале, с тем чтобы сделать его более интересным и полезным для вас. Если какая-то из статей произвела на вас особое впечатление или помогла решить какую-то проблему, поделитесь с нами.

> Ваши отклики мы напечатаем в новой рубрике — «Письмо в редакцию».

> > Не забудьте указать свое имя и адрес.

Наш адрес: 119021, Москва, Зубовский бульвар, 17, «Ридерз Дайджест». Пометьте на конверте: «Письмо в редакцию».



Жизненные истории, полезная информация Март 2003



Романтический	
<b>герой</b> 4	4

Сергей Безруков считает, что настало время актеров вне амплуа.

### 

### Такие разные обычаи ...... 105

Советы для тех, кто хочет чувствовать себя уверенно в чужой стране.





Московская художница Татьяна Баева создает кукол, которые оживают и путешествуют по всему свету.

Олимпийская одиссея	
Михаила Воронина	74
Он дважды становился олимпийским чемпионом, но, стоя на пьедестале, не подозревал, что главные испытания еще впереди.	
«Там еще остался ребенок!»	81
Эти слова в мгновение ока превратили участников регаты в команду спасателей.	
Осторожно, злая собака! Как обезопасить вашего ребенка от агрессии со стороны собак.	98
книжный раздел	
Трое суток под землей	114
В результате аварии девять шахтеров оказались в плену в каменном мешке забоя и могли надеяться только на помощь тех, кто остался наверху.	



É /

ELLENCE

ww.lorealparis.com

PARIS



экстразащищающая крем-краска Эксэланс Крем

> ЭКСТРАЗАЩИЩАЮЩАЯ КРЕМ-КРАСКА С КЕРАМИДАМИ И ПРОТЕИНАМИ ЗАЩИЩАЕТ И ВОССТАНАВЛИВАЕТ СТРУКТУРУ ВОЛОС ИЗНУТРИ ВО ВРЕМЯ ОКРАШИВАНИЯ.

БОГАТЫЙ ЦВЕТ, КОТОРЫЙ СОВЕРШЕННО ЗАКРАШИВАЕТ СЕДЫЕ ВОЛОСЫ.

ведь вы этого достойны.

№1 В МИРЕ В КРАСКАХ ДЛЯ ВОЛОС

L'ORÉAL PARIS



<b>О</b> бј	раз
-------------	-----

K	И	3	H	1/										1	8	

Как сделать так, чтобы все были счастливы.

Герои дня	9
Поворот судьбы	13
Ну и денек!	23
Стоит процитировать	29
Смех лучшее лекарство	72
Чего только не бывает	140
Вот так задачка!	.142

### Наш стиль

131

Новости из самых разных областей, советы на все случаи жизни, интересные факты



**Семья и дом** Как помочь мальшу, который делает первые шаги? Влияет ли сигаретный дым на кошек? Что делать, если су-

пруги работают вместе? За что мы любим комнатные цветы?..... 136

### **Герои дня**

### Мама это призвание

огда видишь 12-летнего Никиту Бадусева, удивляет его открытая, приветливая улыбка. Считается, что дети-инвалиды замкнуты, а глаза Никиты, страдающего врожденной костной патологией, светятся добротой. Откуда это в ребенке, который первые четыре года жизни провел в доме малютки?

Когда в 1995 году раздался звонок в квартире Анны Николаевны Трофимовой, врача «скорой помощи», Никите шел пятый год. Звонили сотрудники Дома малютки № 22, которые очень переживали за смышленого мальчугана и попросили Трофимову взять его в свою семью. «При второй или третьей встрече он уже звал ее мама», — вспоминает главврач Н. Ю. Костюшина. Трофимова начала оформлять документы на опекунство, и Никита стал 14-м ребенком в ее семье.



### Герои дня

Анна Николаевна родилась в Туркмении и после школы год проработала санитаркой в доме малютки. Там она очень привязалась к маленькому Сашеньке, но главврач не позволила тогда еще совсем молодой девушке забрать ребенка. Анна Николаевна дала себе слово когданибудь взять на усыновление малыша из детского дома.

Когда она вышла замуж за Николая Трофимова, у нее уже был от первого брака четырехлетний сын Андрей. Через год родился Максимка. Трофимовы были гармоничной парой: спокойный и обстоятельный Николай Николаевич сам вырос в неполной семье, поэтому всю жизнь посвятил своим детям. Когда в семью пришла беда – умер младший сын, - Анна Николаевна вспомнила об обещании, данном в юности. Так десять лет назад в их доме появились первые приемные дети трехлетняя Вика и годовалый Руслан. Три года спустя у Трофимовых родилась Инна. Анне Николаевне всегда хотелось иметь большую семью, и через два года на семейном совете было решено взять еще одного ребенка из детского дома.

нна Николаевна снова приехала в дом малютки и, когда увидела мулатку Мэри, сразу решилась взять девочку, и теперь в семье Трофимовых ее ласково называют «эфиопская принцесса». Анну Николаевну всегда поражало, сколько же детей обречены остаться сиротами: из-за врожденных заболеваний таким детям трудно найти опекунов, и через несколько месяцев Трофимовы взяли Колю Челикина и Олю Вагину. У девочки было расщепление верхней губы, незаращение неба, и она плохо говорила.

ока оформлялись документы, Трофимовы часто навещали детей и в один из таких визитов попали в младшую группу, где Николай Николаевич увидел болгарочку Машу Кирчеву — ей было четыре месяца. Его поразили огромные черные глаза малышки, и в решении удочерить кроху его не остановило, что у Маши был врожденный порок сердца, а врачи сказали, что девочка никогда не сможет говорить.

Машу увезли на дачу, все лето поили козьим молоком, и, когда девочке исполнилось семь месяцев, она «побежала», а потом — заговорила. Оказалось, Маша молчала, потому что просто берегла силы — из-за порока сердца ей было трудно дышать.

Несколько месяцев Анна Николаевна не могла забыть глаза маленького Гоши, мальчика из соседнего с Машей манежа, у которого от рождения не было рук. «Когда я привезла его домой и развернула одеяльце, муж заплакал: "Если бы мог, свои руки отдал бы"», — вспоминает Анна Николаевна. Гоша не ходил до трех лет, а сейчас учится в обычной школе, ловко управляется и с компьютером, и с видеомагнитофоном при помощи ног.



### Герои дня

Когда о семье Трофимовых заговорили журналисты, Фонд Горбачева привез им игрушки и сладости, но вещей оказалось слишком много. Анна Николаевна вспомнила, как знакомые рассказывали ей о психоневрологическом интернате, где живут и дети-сироты. Приближался Новый год, и Трофимовы отправились туда с игрушками, чтобы поздравить ребят. Перед праздниками из всех воспитанников там оставались только трое - 11-летние Рома и Сима и 12-летний Леша. «Всех домашних разобрали, возьмите нас к себе», - попросил Алексей. Анна Николаевна не смогла отказать: сначала забрала детей на праздники, а потом - насовсем.

РЕБЯТАМИ ей пришлось совсем непросто. Рома, страдавший хондродистрофией, врожденной патологией скелета, сначала почти не ходил, но после долгих занятий на тренажерах «поднялся». Сейчас он учится на обувщика. «В его группе в училище только два отличника, и один из них — Рома», — с гордостью рассказывает Анна Николаевна. У Симы — патология нижних конечностей, но и она не сидит без дела: вяжет, помогает маме по хозяйству, как и

другие девочки, нянчит трехлетнюю племянницу Дашу.

Зимой дружное семейство живет в Южном Бутове, где администрация района выделили им три квартиры на одном этаже, а летом — на даче в Раменском районе.

Год назад семью постигла страшная утрата — умер Николай Николаевич. «Сначала я себя очень жалела, но рядом оказались люди, которые не дали мне опустить руки», — рассказывает Анна Николаевна.

Два месяца назад осуществилась мечта Трофимовой — она создала фонд «Возрождение», который занимается организацией досуга детей и подростков, оказывает помощь инвалидам и одиноким людям. В этом фонде смогут работать и ее дети.

Старшие дети Трофимовых уже выросли, сами зарабатывают на жизнь и помогают семье, младшие учатся. Анна Николаевна хочет, чтобы все ее дети стали самостоятельными людьми, а не ждали подачек от государства или братьев и сестер. Она не требует от детей больше, чем они могут сделать, но считает, что все должны получить профессию. «Лучше стать хорошим поваром, чем плохим врачом», — говорит Трофимова.

-ирина агейкина, *Россия* 

<sup>-</sup> Мой кот взял вчера первую премию на выставке птиц.

<sup>-</sup> Как кот мог получить первую премию на выставке птиц?

<sup>-</sup> Он съел там призовую канарейку.

### Поворот судьбы

### Романист по случаю

Моя история была слишком большой для маленького экрана

Сидней Шелдон

1970 году, когда была издана моя первая книга, «Лицо без маски», мне исполнилось 53 года. Я ото всех только и слышал: «Как здорово, что вы смогли наконец осуществить свою заветную мечту». Но по правде говоря, мысль о написании книги мне и в голову не приходила, до тех пор пока я не сел и не написал ее. Роман

«Лицо без маски» был, можно сказать, случайностью.

В то время я писал сценарии для популярных телесериалов «Шоу Патти Дьюка» и «Я мечтаю о Дженни». До работы на телевидении в 1947 году я уже получил «Оскара» за сценарий к фильму «Холостяк и девочка-подросток» и в 1959 году премию «Тони» за достижения в театральном искусстве за создание



### Поворот судьбы

мюзикла «Рыжая». Однако я и помыслить не мог о книге. Я считал, что у меня нет этой волшебной способности, которая необходима хорошему писателю.

Затем у меня созрел сюжет о психоаналитике, которого кто-то пытается убить. У него нет врагов, и он понятия не имеет, кто за ним охотится. Используя свои аналитические навыки, он пытается разрешить загадку.

Написав свой

первый роман,

свободы, кото-

когда не знал.

я обрел чувство

рого раньше ни-

Эта история с таким же успехом могла бы быть использована для фильма, спектакля или телефильма, если бы не одна трудность: зритель должен был знать, что происходит в голове у главного героя. Я не представлял, как добиться этого в сцена-

рии, поэтому вообще хотел забросить эту идею, но она меня никак не хотела отпускать.

В конце концов я попытался надиктовать роман. Я всегда все диктую, включая и киносценарии: мой мозг работает быстрее, чем руки. Я переписывал книгу раз шесть, выбрасывал какие-то предложения, вставлял новые абзацы, а моя секретарша снова и снова все перепечатывала.

Когда я закончил книгу, я и понятия не имел, что делать дальше. Я был знаком со всеми агентами Голливуда, а литературного агента не знал ни одного. Я позвонил своему близкому другу Ирвингу Уоллесу. Он

согласился отправить мою рукопись своему агенту, который и взялся за дело.

Я особо ни на что не надеялся, так как не считал себя настоящим писателем. Прошло три месяца, последовало семь отказов, и, когда наконец мой агент позвонил с хорошими новостями, мне трудно было в это поверить. Издатель Уилльям Морроу предлагал мне тысячу дол-

ларов аванса. Я тут же ответил: «Соглашайся!» Я был готов сам заплатить в пять раз больше, чтобы увидеть книгу напечатанной.

В то утро, когда роман появился на книжных прилавках, я поспешил в магазин на Беверли-Хиллз и купил одну книжку, так как бо-

ялся, что в ином случае ни один экземпляр «Лица без маски» не будет продан. С тех пор я всегда так поступаю при публикации моих книг, просто так, на всякий случай.

Первая рецензия появилась в «Лос-Анджелес таймс». Критик писала, что мне не следовало бы делать убийцу таким явным. Я думаю, что она не дочитала книгу: по ходу действия у читателя создается впечатление, что он знает, кто убийца, пока он не дойдет до конца книги и окажется, что это не так. В отчаянии я ожидал, что и другие рецензии будут тоже отрицательными. К счастью, в «Нью-Йорк таймс» были опубликованы чудесные рецен-

зии, в которых мою книгу называли «лучшим детективным романом года».

АРУ МЕСЯЦЕВ СПУСТЯ Я встретился с издателем Уилльямом Морроу. Он сказал: «Ваша книга прекрасно расходится. Продано уже семнадцать тысяч экземпляров». Я ответил: «Извините, но мое еженедельное телешоу смотрят двадцать миллионов телезрителей. Семнадцать тысяч экземпляров меня не впечатляют». Никаких денег я на книге не заработал, а даже потерял, так как сам оплачивал рекламу. Но если отбросить все эти переживания, со мной произошло нечто фантастическое: я обрел чувство свободы, которого раньше не знал.

Когда ты пишешь сценарий к фильму или спектаклю, твой голос лишь один из многих в целом хоре высказываний и мнений. Автор имеет дело с продюсером, который может посчитать, что сцена будет слишком дорогостоящей, с режиссером, меняющим героиню на героя, с актером, который может заявить: «Мой герой *никогда* бы так не сказал». Когда же ты пишешь книгу, ты в одном лице выступаешь и как продюсер, и как режиссер, и как актеры. Ты сам решаешь, где будет происходить действие, будут ли твои герои здоровыми или больными, богатыми или бедными, злыми или добрыми. Ты полностью отвечаешь за свой роман. Все зависит только от тебя. Мне это очень понравилось.

Я написал второй роман, «Обратная сторона полуночи», не строя никаких иллюзий о том, что он принесет мне какую-то прибыль. Опубликованная в 1974 году «Обратная сторона полуночи» стала феноменом. Были проданы миллионы экземпляров в твердой и мягкой обложке. Неожиданно я стал известным писателем. Я получал лавину писем от поклонников. Незнакомые люди останавливали меня, чтобы поговорить о моих книгах.

Ранее мой талант ценили только коллеги по индустрии развлечений. В ответ на вопрос о любимом фильме человек с улицы назовет вам не только фильм, но и кинозвезду. Спросите, а кто написал сценарий, и он пожмет плечами. Когда же речь идет о романах, здесь автор всегда звезда.

Роман «Лицо без маски» изменил мою жизнь. Не приди мне в голову тогда та идея, и я не стал бы писателем. Конечно, я бы зарабатывал неплохие деньги сценариями, мне бы все равно нравилась моя карьера и в семье было бы все в порядке, но я бы не оставил никакого следа. А самое главное, мне бы это не доставило столько удовольствия.

—Из беседы автора
 с сузан кристиан гулдинг

Последний роман Сиднея Шелдона — «Падающее небо». Более 300 миллионов экземпляров книг Сиднея Шелдона продано по всему миру.

### Ваш новый имидж

### PURE ZONE OT L'OREAL DERMO-EXPERTISE

Новая линия Pure Zone L'OREAL

Dermo-Expertise — это отличное решение по ежедневному уходу за молодой кожей со свойственными ей проблемами: жирный блеск, покраснения, воспаления, раздражения. Для достижения идеального результата необходимо соблюдать программу из трех шагов: Очищение — Сужение пор — Увлажнение и регулирование. Все средства Пюр Зон содержат Себо-Калмил™ (экстракт морских водорослей) для уменьшения жировых выделений и успокоения кожи и Салициловую кислоту для глубокого очишения и мягкого отшелушивания.





**Пюр Зон Глубоко Очищающий Гель** — прозрачный пенящийся гель, который оздоравливает кожу, задерживает образование кожного жира, избавляя ее от жирного блеска, воспалений и прыщиков.

**Пюр Зон Отшелушивающий Гель** — прозрачный пенящийся гель с микрочастицами, очищающий поры и нежно отшелушивающий старые клетки. Гели действуют очень деликатно, не раздражая чувствительную кожу, а ментол прекрасно ее освежает. Оба геля подходят для ежедневного использования.

Пюр Зон Очищающий Оздоравливающий Тоник предназначен для сужения пор. Он мгновенно стягивает поры, подсушивает прыщики, выравнивает поверхность кожи и улучшает цвет лица.

**Увлажняющий Крем Пюр Зон** создан для увлажнения и регулирования. Его легкая нежирная текстура, содержащая матирующие компоненты, не только увлажняет, но и предупреждает избыточное выделение кожного жира, делая кожу матовой и нежной.

Для Т-зоны (лоб, нос, подбородок), которая всегда жирнее, чем остальные участки, так как в ней сосредоточено большее количество сальных желез, в гамме Л'Ореаль Дермо-Экспертиз Пюр Зон есть **Пилинг-Маска.** Полупрозрачный гель, образующий пленку, глубоко очистит и деликатно удалит омертвевшие клетки.

Консультант-дерматолог L'OREAL Dermo-Expertise, кандидат медицинских наук **Лариса Хачукова** рассказывает, как PURE ZONE может помочь Вам добиться максимального эффекта в уходе за кожей лица:

1. Очищающие гели Пюр Зон идеально подходят для ежедневного использования, так как они эффективно удаляют загрязнение и омертвевшие клетки из пор, при этом не оставляя микроцарапин на поверхности кожи.

2. Не нужно бояться наносить крем Пюр Зон на жирную или смешанную кожу. Увлажняющий крем Пюр Зон не оставляет жирного блеска, а, наоборот, обладает матирующим эффектом.

3. Увлажняющий крем Пюр Зон можно смело использовать в качестве основы под макияж. 4. И главное — основной принцип в использовании средств гаммы Пюр Зон — ежедневный двухразовый уход. Только так Вы добьетесь эффективного результата на долгий срок.

### Лосьон для повышения упругости кожи



### **NIVEA BODY Q10**

Со временем наша кожа теряет свою естественную эластичность. Это происходит потому, что в коже понижается содержание особого элемента кознзима Q10, натурального ингредиента, который стимулирует естественные функции клеток и позволяет коже оставаться упругой. Новинка от NIVEA — лосьон для повышения упругости кожи NIVEA BODY Q10 содержит кознзим Q10, транспортирует его в кожу и способствует сохранению естественного уровня этого вещества. В результате использования лосьона NIVEA BODY Q10 повышается эластичность кожи, она становится более гладкой и упругой. Лосьон легко впитывается и подходит для ежедневного использования и для всех типов кожи.



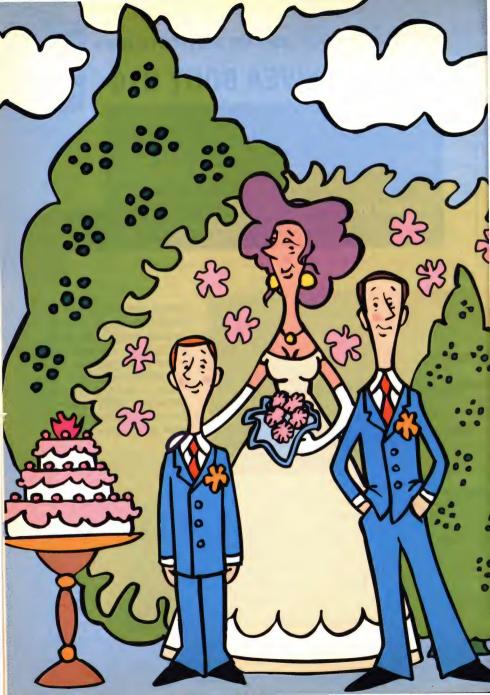


Свежий цвет лица, красивая кожа всегда подчеркивают внутреннюю гармонию женщины, ее здоровье и красоту. Но множество самых разных неблагоприятных факторов способствуют тому, что кожа тускнеет и увядает. Специалисты лабораторий **VICHY** разработали уникальную формулу, возвращающую лицу свежесть и сияние.

Новый крем ОЛИГО 25 от VICHY содержит уникальную комбинацию компонентов марганца и полифруктола, способствующих активной микроциркуляции крови и обновлению эпидермиса, появлению здорового румянца. ОЛИГО 25 гипоаллергенен, имеет необыкновенно легкую, приятную текстуру, является прекрасной основой для нанесения макияжа. ОЛИГО 25 рекомендуется для ежедневного ухода за кожей женщинам в возрасте 20—30 лет.

- Крем светло-зеленого цвета для нормальной и смещанной кожи.
- Крем абрикосового цвета для сухой кожи.





### Образ жизни

### Снова замуж... да еще с детьми

Станем ли мы счастливым семейством или все пойдет кувырком? Уэнди Суоллоу

стою перед зеркалом в кружевном шелковом платье и думаю, как это вообще в моем возрасте можно решиться вновь пойти к алтарю. В свои сорок шесть на невесту я, прямо скажем, не похожа. Я скорее могла бы быть матерью невесты. Двое моих сыновейподростков стоят за моей спиной и с сомнением взирают на воздушное розовое одеяние.

- А разве платье не должно быть белым? – спрашивает младший.
- Белое только для девственниц,поясняет старший.
- А-а, вот в чем проблема! замечает млалший.

Да уж, проблем у меня хватает.

С тех пор как я объявила о нашей помолвке, я только и слышу со всех сторон комментарии по поводу повторного брака. Многие из моих одиноких приятельниц завидуют и

считают, что мне повезло, как в сказке со счастливым концом. Другие, глядя на наших мальчишек — их у нас по двое, — качают головой. Наша новая семья, по их мнению, может превратиться в сумасшедший дом. По статистике, примерно два из трех повторных браков заканчиваются разводом, а для семей с детьми от предыдущих браков еще чаще.

Чарли сделал мне предложение во время грозы, на том самом диване, где мы впервые поцеловались. Долгие годы я жила не тужила — матьодиночка со своим, пусть и сумбурным, распорядком жизни. Теперь мне предстоит опять стать законной женой.

Вначале мы скрывали помолвку от детей, но планы будущей жизни все-таки строили — что делать с мо-им домом, продать? Как решить вопрос со школой? Через несколько

### Образ жизни

недель я уже раздражалась по пустякам.

Любое предложение Чарли я принимала в штыки и вскоре поняла, что злюсь на него за то, что он хочет изменить наш привычный уклад жизни.

Я пыталась объяснить это Чарли: «Я ужасно злюсь на тебя за то, что ты хочешь жениться на мне».

Он с тревогой посмотрел на ме-

ня: «Но я пытаюсь сделать тебя счастливой!»

 Знаю, именно это и выводит меня из себя.

В тот вечер, когда я рассказала сыновьям о свадьбе, они плакали, спорили, отказывались верить. Мой младший сын особенно расстрочлся, он напомнил, что за последние девять лет мы переезжали целых четыре раза. «И почему мы должны жить все вместе?» — наконец выдал он.

Хороший вопрос.

У сына есть своя теория хаоса, и суть ее в том, что человек не может контролировать происходящее, даже при тщательном планировании. Он вывел ее, посмотрев фильм «Парк юрского периода». И как бы мне ни неприятно было признаваться в этом, в его теории что-то есть.

Ночью я думала о том, как спланировать распорядок питания, пользование компьютером и распределить домашние обязанности. В семье Чарли принято поздно ложиться и спать до победного конца. Мы же следуем принципам: в 10.00 в кровать, в 6.30 подъем. Они питаются рационально, мы без мороженого и других сладостей жить не можем.

Тебя не волнует,
 что у детей могут испортиться зубы? —
 спрашивает Чарли.

— Ну, в общем-то, да, — защищаюсь я. — А тебя не волнует то, что твои дети недосыпают?

Мы оба беспокоимся, как сделать так, чтобы ребята принимали утром душ, завтракали и вовремя отправлялись в школу. Я думаю, что надо завести для всех полотенца и зубные щетки разных цветов и отдельные шкаф-

тов и отдельные шкафчики на кухне для каждого. Чарли терпеливо слушает и говорит: «Это получится как в детском саду. Ребята нас на смех поднимут».

А мальчишки придумали свою модель семейной гармонии: каждому нужно выделить по комнате с холодильником, компьютером и телевизором. Один даже предлагает, чтобы мы выдавали им деньги на

едят вместе и вместе смот-рят телевизор», — говорю я. «Ну, ладно, — соглашают-

ся сыновья. —

А кому доста-

нется пульт?»

"В семье все



### Прорыв в технологиях – революция в цене!

очное представляет стиральную машину нового Залионо Высопираст. Основным направлением - Samsang Відскіпрасі. Основным направленнем при спідення гаком стиральной машины, которая при стиническім жерактеристики и действительно у Решение этой задочи стало возможным благодаря отрудіт запад лучним россмескіх и корейскіх инженеров при при відскі при размер в при долгожданный при відскіпрают зарограммы биостирки, сенсорная при при компиктный размер. Semsung Віоботіраст.

8999p.

### Образ жизни

питание, «чтобы самим покупать то, что мы захотим и когда захотим».

- Нет, возражаю я. Это предстоит вам в колледже через несколько лет. А сейчас мы будем жить, как одна семья. В семье все едят вместе и вместе смотрят телевизор.
- Ну, ладно, соглашаются они.А кому достанется пульт?

Ну что ж, по крайней мере они стараются.

арт, остается несколько месяцев до свадьбы. Ремонт дома Чарли идет полным ходом, мой выставлен на продажу, а вопрос со школой уже благополучно решен.

Все идет хорошо, но я все же чувствую себя подавленной. Долгие годы на моей кухне висел плакат: «Если маме грустно, то и всем грустно», и я в это верю. Мои сыновья в это верят. А теперь я боюсь, что у меня начинается депрессия. Мы решаем сходить к психоаналитику.

- Я уже много лет консультирую супружеские пары, да и сам женат, говорит он. Я убежден, что единственное, что нужно для благополучия в браке, это... Он выдерживает театральную паузу. Чарли и я от нетерпения ерзаем на стульях.
  - Общение? спрашиваю я.
- Ну, это тоже важно, но самое главное это умение терпеть невроз партнера.

Мы с Чарли переглядываемся. А кто говорил, что будет легко?

Наконец, за пару недель до свадьбы, я иду в магазин за платьем. Оно, конечно, не должно быть таким, как для юной невесты, но и не таким. как для почтенных матрон. Я выбираю одно, которое идеально подходит для свадебной церемонии в саду. Оно простое и элегантное, из льна цвета слоновой кости. Я чувствую себя счастливой. Я выбираю галстуки для мальчиков и заказываю желтые бутоньерки. Когда мальчики наряжаются в свои костюмы и тщательно зачесывают волосы назад, у меня перехватывает дыхание.

За несколько минут до венчания на сад обрушивается гроза, и все бегут в дом. Вскоре небо проясняется, раздается пение птиц. Мы выходим в сад, произносим свои клятвы, даем обещание детям создать для них дом, построенный на терпимости и поддержке, и — on! — мы женаты.

Знаю, что придется нелегко: дети будут постоянно проверять наши отношения на прочность и свою терпимость по отношению друг к другу и к нам.

Но я также знаю, что будут и моменты неожиданной радости. Когда мы объявили детям о свадьбе и они были так растеряны, старший сын Чарли позвонил мне и сказал: «Привет. По-моему, это классная идея». Именно тот его звонок помог мне со всем справиться. У всех нас будут свои проблемы и сомнения, но так ведь происходит в каждой семье. Замечательно то, что мы будем вместе с ними справляться. ■

### Ну и денек!

М ой приятель работает учителем, и у него есть целый альбом с записками от родителей, где они сообщают о болезнях детей, отпрашивают их из школы, делятся своими мыслями по поводу плохих оценок и так далее. Среди них хранится и записка от одной мамы, по-видимому очень занятой. Вот как она объяснила опоздание своего ребенка: «Мне очень жаль, что мой сын опоздал. Я обнаружила его, только когда стала застилать постели».

-эмма беркхаут, Нидерланды

влетели бы в одно ухо и вылетели из другого».

-сузан кристенсен, США

Вневрологическом отделении, где я работаю медсестрой, я осматривала мужчину с травмой головы. Чтобы проверить, не ослаблены ли у него лицевые мышцы, я попросила: «Покажите мне зубы». Он начал шарить на столике у кровати.

Я поинтересовалась, что он ищет. «Где-то тут были мои зубы», — сказал он.

А теперь, Семенюк,

дисциплину.

проверим вашу финансовую

-мэри дмитрив, Канада

Я БРАЛА ИНТЕРВЬЮ У ОДНОГО ЮВЕЛИРА, СОБИРАЯСЬ НАПИсать статью о том, как старые ювелирные украшения получают второе рождение. По ходу дела я попросила его рассказать о самом памятном своем клиенте.

— Это была разведенная женщина, — сказал ювелир. — Она попросила сделать сережки из ее обручального кольца, на котором была надпись. На одну сережку должны были попасть слова «от всего», а на другую — «любящего сердца».

Я спросил у нее, зачем ей это нужно, и она объяснила: «Чтобы в следующий раз, когда ктото мне скажет эти слова, они



### БОЛЬШАЯ СТИРКА:

ABA SOOEKTNBHPIX CLEACTBY, CLOCOPHPIX OPELALINISHP

рошли те времена, когда стирка доставляла хозяй-кам массу хлопот и была окружена самым что ни на есть до-историческим антуражем: тазики, стиральные доски, хозяйственное мыло и огромные баки для кипячения. А бесконечное замачивание белья на ночь в надежде, что с утра его нужно будет только слегка простирнуть? А изнурительная сортировка вещей? Ведь цветное белье ну никак нельзя кипятить с белым!

Для большинства из нас этот процесс означал «убитый» день, тяжелую работу. И уж поверьте, ни одна хозяйка в этот день не делала больше ничего, поскольку большая стирка отнимала у нее все время и силы. А в результате — неотстиранное белье, полинявшие вещи и пятна, никак не желающие сходить!

Наверное, многие еще помнят, с каким трудом нужно было выводить с одежды ягодные, травяные, чернильные и жирные отметины. У каждой хозяйки имелся свой арсенал, свои собственные секреты, как это делать. Кто-то утверждал, что если хорошенько намылить пятно, а потом положить вещь на солнце на несколько часов, то пятно непременно исчезнет. Вы когда-нибудь пробовали этот способ? И не про-



буйте: долгое и нудное застирывание и... никакого эффекта. Мы боролись с ними, как со злейшими нашими врагами. Мы травили их денатуратом, до посинения посыпали их солью, протирали до дыр: пятно уходило непобежденным, захватив «в плен» окраску ткани. А хлорсодержащие отбеливатели? Вы начинали стирать и никогда до конца не были уверены в результате. То есть у Вас не было никакой гарантии, что после использования такого отбеливателя Ваша вещь сохранит

# БОЛЬШЕ ЧЕМ ОТБЕЛИВАТЕЛЬ





### **Новый Vanish** - специалист по чистоте и свежести белья

Входящая в его состав активная формула нового поколения гарантирует наиболее эффективное удаление сложных пятен и сияющую белизну Вашего белья.

7

ена съ рическим ральные ло и огрогия. А бест белья на ночего нужно стирнуть? ровка вец ну никак в Для бо процесс желую удна у

Vanish не содержит хлор, поэтому он абсолютно безопасен для цветных и деликатных тканей. Vanish - больше чем отбеливатель. Благодаря мягкому составу, Vanish не разъедает цвет и не разрушает структуру ткани, как это делают хлорсодержащие отбеливатели, а также не оставляет налета желтизны при отбеливании белья. Быстро, эффективно и безопасно Vanish удалит даже самые трудновыводимые пятна с разных видов ткани. Кроме того, он обладает приятным запахом и не раздражает кожу.



Для достижения лучшего эффекта при удалении пятен налейте Vanish прямо на пятно, а затем добавьте к стиральному порошку



Vanish порошок добавляется к стиральному порошку для получения наилучшего результата стирки и при отбеливании.



### C Vanish домашние хлопоты превращаются в удовольствие

В линии средств по уходу за тканью Vanish теперь появился новый ополаскиватель для тюля. Он сделает Ваши кружевные и тюлевые занавески ослепительно белыми без лишних усилий. Добавьте ополаскиватель для тюля Vanish в последний цикл полоскания при стирке, и Ваши занавески просто засияют на окнах.





Vanish бережно относится к волокнам и безопасен для всех видов тюля. Его уникальная формула отталкивает грязь и никотин и защищает ткань от выгорания на солнце, поэтому белизна сохраняется надолго. Vanish крахмалит тюль и придает ему идеальную форму.

### Vanish также предлагает линию средств по уходу за коврами, ковровыми покрытиями и обивкой мебели

Средство для чистки ковров Vanish Carpet Shampoo создает пену, которая удаляет сложные пятна, проникая внутрь волокон. Уникальный полимер в составе Vanish Carpet Shampoo надолго защищает поверхность от повторного загрязнения.



Новое средство для чистки ковров Vanish Carpet Shampoo 2 в 1 не только эффективно чистит и удаляет пятна, но и устраняет неприятные запахи.





Vanish 2 в 1 для моющих пылесосов идеально подходит для всех типов моющих пылесосов.



свой цвет и не испортится. Только вспомните: неприятный запах, изменившийся до неузнаваемости цвет и испорченная ткань!

Такая до слез обидная ситуация наверняка знакома каждой женщине. Как часто приходилось выбрасывать свои любимые вещи изза невозможности избавиться от пятен и испорченного цвета, когда совсем новая вещь приходила в негодность. Но теперь блестящий результат Вам гарантирован В БУ-КВАЛЬНОМ СМЫСЛЕ ЭТОГО СПОВА!

Редь появились совершенно удивительные средства, спо-

и навсегда избавить Вас от этих проблем! Одно из таких средств, уже наверняка знакомых Вам, — это мягкий отбеливатель и пятновыводитель VANISH.

Ну а если Вы еще никогда им не пользовались, это может означать только одно: Вы все еще не знаете, как можно превратить процесс ухаживания за своими

вещами в сплошное удовольствие. Ведь VANISH не содержит хлора. поэтому абсолютно безопасен для цветных и деликатных тканей. Обладая всеми лучшими качествами хлорсодержащего отбеливателя, VANISH лишен его недостатков. Он приятно пахнет, не портит цвет и структуру белья, идеален для стирки белых, цветных и детских вещей. С ним белые вещи всегда будут ослепительными и не пожелтеют со временем, как при использовании хлорсодержащих средств, а цветное белье не потеряет цвет. станет ярче и насыщеннее.

Активные вещества, входящие в состав VANISH, обеспечивают эффективное удаление даже самых трудновыводимых пятен на цвет-



ных и деликатных тканях, а также ослепительную белизну белья, не повреждая при этом ни краски, ни структуру нити.

А это означает, что Ваши вещи прослужат Вам еще не один год: ни при каких обстоятельствах от этого средства их внешний вид не пострадает.

Как видите, мы действительно можем сами значительно облегчить себе жизнь при минимуме затрат, а также сберечь свои нервы и всегда пребывать в отличном настроении.



ПОЖЕЛТЕВШЕЕ БЕЛЬЕ, ИС-ПОРЧЕННАЯ ТКАНЬ, ПЯТНА НА ОДЕЖДЕ — ЭТО ПРОБЛЕ-МЫ, КОТОРЫХ НЕ СКРО-ЕШЬ. НО ВЕДЬ СУЩЕСТВУ-ЮТ ПРОБЛЕМЫ, КОТОРЫЕ СРАЗУ И НЕ РАЗГЛЯДЕТЬ.

Однако это вовсе не означает, что их нет. И о них, к сожалению, мы узнаем слишком поздно.

Представьте себе, у Вас ломается Ваша верная помощница — любимая стиральная машина. Да, да, именно любимая. Ни для кого не секрет, что стиральная машина для каждой женщины — надежный друг, буквально «свет ее очей». Попробуйте преподнести женщине на 8 Марта кухонный комбайн или, скажем, соковыжималку. Рассчитывать на то, что она скажет Вам «спасибо», вряд ли стоит.

Совсем другое дело - стиральная машина. Ну а если Ваш подарок еще и суперсовременный агрегат, оснащенный множеством полезнейших функций, умеющий не только стирать, но и сушить белье, замачивать его и кипятить, попросту говоря, универсальный помощник, способный полностью избавить Вас от проблем, связанных со стиркой? Тогда это настоящий праздник в доме. Может быть, она никогда в этом не признается, но любые неполадки с ее любимицей можно сравнить с настоящей катастрофой.

Уж не говоря о том, что в глубине души любая хозяйка мечтает,

### РЕКЛАМНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ

чтобы все в ее доме работало как часы. Чтобы проводка не горела, чтобы плиту можно было включать одновременно с чайником и чтобы при этом не вылетали пробки (но это уже из области

фантастики), а стиральная машина радовала свою владелицу размеренным нежным шуршанием. И если в первых двух случаях проблему можно решить. вызвав электрика, то справиться с воздействием жесткой воды на Вашу стиральную машину Вы вряд ли сможете, вызвав даже дюжи-HV специалистов. Ведь, как известно, «вода камень точит», а в данном случае жесткая вода буквально убивает Вашу машину.

Возможно, Вы об этом и не догадывались, но причиной

большинства поломок стиральных машин является именно жесткая вода. Говоря научным языком, степень жесткости воды характеризуется определенной концентрацией солей кальция и магния, так называемых солей жесткости. В процессе стирки соли жесткости приводят к образованию накипи на нагревательном

элементе и других важных частях стиральной машины. А в результате происходит поломка Вашей стиральной машины, и Вы вынуждены тратить большие деньги на дорогостоящий ремонт.



На самом деле всего этого можно избежать, если начать использовать CALGON – специальное средство для смягчения воды. Вы даже не можете себе представить, каким поистине гигантским потенциалом обладает CALGON. CALGON нейтрализует соли жесткости, предотвращая образование накипи. Необходимо

добавлять его при каждой стирке и при любой температуре, и можете быть уверены, что ни на внутренних частях стиральной машины, ни на белье, которое Вы стираете, не появится известковый налет.

То, что CALGON – панацея от неожиданных поломок, давно поняли лидеры производства стиральных машин, такие, как Bosch, Siemens, AEG, Whirlpool, Candy, Indesit, Ariston, Gorenje. Они рекомендуют такого рода защиту, считая CALGON самым лучшим средством для Вашей любимицы. Ведь Вам не придет в голову употреблять в пищу блюда, которые Вам не нравят-

ся или которые могут навредить Вашему здоровью?
Скорее всего, нет! Так зачем же экономить на «здоровье» своей стиральной машины, особенно если от него зависит

мир и спокойствие в Вашем доме?

Ответ очевиден. И если Вы вовремя не позаботитесь о ней, то кто же это сделает? Ну а Ваша помощница, конечно же, ответит Вам взаимностью и будет радовать Вас не один год. Теперь Вы имеете всю необходимую информацию для эффективного и рационального ведения хозяйства. Мы считали своим долгом предупредить Вас.

Кроме того, при использовании CALGON вода становится мягкой, а это значит, что Вам понадобится меньше стирального порошка. Согласитесь, при нынешних ценах на бытовую химию такая экономия очень важна.

000

CALGON действительно уникальное средство! А ПРЕДУПРЕЖДЕН — ЗНАЧИТ, ВООРУЖЕН!

### **66** Стоит процитировать 55

В жизни не бывает такого момента, когда можно сказать: «Ну, теперь я добился успеха. Можно и передохнуть».

-кэрри фишер, «Пипл уикли»

Прослыть мудрецом несложно. Нужно лишь долго жить, мало говорить и еще меньше делать.

-п. д. джеймс

Те, кто любит рыбалку, не жалеют на нее ни сил, ни средств, ведь каждой пойманной рыбке сопутствует столько мечтаний.

—иен фразье, «Рыбий глаз»

Несовершенство — это то, что делает нас красивыми.

-сандра баллок, «Парейд»

Самое глубокое из того, что есть в жизни, — это культура, которая представляет собой вовсе не коллекцию картин, книг и музыкальных произведений, а образ жизни.

-шандор мараи

Сегодня — это завтра, по поводу которого мы так волновались вчера.

-карлос мартинес васкес

### Лучший способ сохранить свои секреты — уважать секреты других.

-хосе сарамаго

Если мужчины способны править миром, то почему бы им не отказаться от галстуков? Ну разве это разумно — начинать день с завязывания удавки на горле?

—линда эллерби,

«Сиэтл пост-интеллидженсер»

Никакая зима не длится вечно, никакая весна не пропустит своей очереди.

-хол борланд

Телевидение — это та же жвачка, только для глаз.

-эдсон этейд

Опросы общественного мнения позволяют людям узнать, что же они на самом деле думают.

-колюш



прорыв B медицине:

## становится

Дж. Алекс Тарквиньо



виньи, клонируемые для получения органов, которые спасут умирающих. Микросхемы, вживляемые

в мозг для борьбы с параличом. Человеческие эмбрионы, создаваемые и уничтожаемые ради генетических компонентов. Вы скажете, что все это звучит как научная фантастика, однако уже сегодня в научных лабораториях ведутся подобные исследования.

Не приведет ли это к злоупотреблениям и экспериментам с человеческим организмом не в силу необходимости, а просто потому, что это зонжомков

В 2001 году 62-летняя француженка родила собственного племянника после искусственного оплодотворения, для которого использовалась сперма ее брата и яйцеклетка донора. Звучит дико, не правда ли? А теперь представьте: ученые из Пенсильвании получили сперму

## ностью

Ученые ведут работу над тем, чтобы положить конец старению, болезням и боли. Но не грозит ли это изменением самой человеческой сущности?

свиней и коз в мышах, используя ткань яичек новорожденных поросят и козлят. Идея заключается в том, чтобы использовать мышей в качестве «биоинкубаторов» для спермы животных, находящихся на грани исчезновения. Тогда почему бы в будущем не использовать такие инкубаторы для человеческой спермы? Представьте себе убитую горем мать, рожающую ребенка своего погибшего сына.

ТКРЫВАЮЩИЕСЯ горизонты дают пищу для опасений, способных замедлить ход вполне безобидных экспериментов. Ученые с энтузиазмом обсуждают результаты опытов со стволовыми клетками, которые сулят исцеление для страдающих от болезней Альцгеймера и Паркинсона, диабета, ишемической болезни сердца и множества других недугов. Национальные институты здравоохранения США уже выделяют на исследования стволовых клеток до 250 миллионов долларов в год. Но изучение более перспективных эмбриональных клеток вызвало столь бурные дебаты, что в них оказался вовлечен даже Президент США. Недавно он дал добро на финансирование из федерального бюджета исследований 78 существующих линий эмбриональных стволовых клеток, то есть клеток, происходящих от одного эмбриона. Его решение не предусматривает запрет на создание новых линий подобных клеток. Ученые могут экспериментировать с ними сколько угодно, но только на частные средства.

Это, конечно, подарок для исследователей, что, однако, может усилить раздражение общественности. «Сегодня эксперименты проводятся с эмбрионами, но что, если двухмесячный плод окажется более многообещающим? Тут же найдутся способы оправдать и это», — считает Леон Касс, председатель Совета по медицинской этике при Президенте США. Группы «В защиту жизни» обеспокоены тем, что этот скользкий путь может привести к росту числа абортов. Специалист по



#### Время все излечит?

аже принимая во внимание неизбежные неудачи, ученые предсказывают, что в будущем произойдет настоящий прорыв.

2003 Искусственная кровь. Сделанная из животного белка и подходящая для любой группы крови, эта кровь может храниться и без холодильника. 2005 Противокариесное полоскание. Прополоскав этим раствором рот всего один раз, вы избавитесь от кариеса на всю жизнь, так как в его состав входят генетически модифицированные бактерии.

2006 Прививка от курения. Не дает проникать в мозг химическим веществам, к которым возникло привыкание. медицинской этике Грегори Сток из Школы здравоохранения Калифорнийского университета в Лос-Анджелесе смотрит на этот вопрос по-другому: «Жертвовать человеческими страданиями в угоду бессмысленным философским и теологическим дебатам об истоках жизни в корне ошибочно».

Гораздо больше единодушия в отношении к идее клонирования человеческого организма целиком (так называемого репродуктивного клонирования). Почти все согласны с д-ром Дэниэлом Каллаханом из нью-йоркского Хейстингского центра, специализирующегося на проблемах медицинской этики. Он считает, что здесь «грань, которую мы не намерены переступать. С генной инженерией слишком просто зайти чересчур далеко».

Тем не менее отдельные исследователи горят желанием создать почти идентичную копию человека. Специалист по лечению бесплодия д-р Панайотис Завос из Кентукки заявляет, что вскоре приступит к клонированию младенцев для шести пар

за пределами США. Завос намерен ввести в эмбрион ядро клетки кожи одного из «родителей», а затем пересадить эмбрион настоящей или суррогатной матери. По словам специалистов, на современном уровне науки это невозможно. Но кто помешает Завосу попытаться?

Тем не менее большинство современных достижений вызывают не споры, а восторг. Вспомним недавнее сообщение об экспериментальном методе лечения, позволившем актеру Кристоферу Риву, парализованному после падения с лошади, частично восстановить подвижность рук и ног. Курс лечения Рива включал в себя электростимуляцию мышци нервов. Сегодня ведутся тысячи экспериментов, каждый из которых способен совершить революцию в медицине.

#### САМОИСЦЕЛЯЮЩИЕСЯ СЕРДЦА

При инфаркте мышечная ткань сердца гибнет из-за кислородного голодания. Чем обширнее участок не-



Вакцина заставляет иммунную систему вырабатывать антитела (1), которые связываются с никотином (2) и не дают ему проникать в мозг (3).



#### поджелудочная железа. Специальный датчик следит за уровнем глюкозы в крови, подавая сигнал имплантированному насосу, вводящему в организм инсулин.

кроза, тем больше нагрузка на остальное сердце и тем выше риск повторного, еще более опасного инфаркта. Хирурги могут пересаживать больным сердца доноров, но их просто не хватает. Клинические испытания искусственного сердца из титана и пластика только начались, и неизвестно, как будет воспринимать это инородное тело организм. А что, если врачи сумеют заставить сердце исцеляться самостоятельно?

Эта идея может стать реальностью благодаря достижениям в области генной терапии, включающей применение стволовых клеток. Д-р Пьеро Анверса, занимающийся кардиологическими исследованиями в Нью-Йоркском медицинском колледже, выделял стволовые клетки из костного мозга мышей, затем вызывал у них инфаркт и вводил стволовые клетки прямо в сердце. У 40 процентов мышей образовалась новая сердечная ткань.

В скором времени начнутся первые широкомасштабные клиничес-

кие испытания по «ремонту» человеческого сердца, в которых примут участие 300 человек. В отличие от экспериментов на животных в испытаниях на людях будут использоваться стволовые клетки из мышц ног, наиболее способные образовывать здоровую мышечную ткань. У пациента возьмут стволовые клетки, размножат их в культуре и введут в пораженную область путем операции на открытом сердце. «Это напоминает работу по мелиорации земель, так как речь идет об участках сердца, казалось бы безвозвратно утраченных», - говорит Тодд К. Розенгарт из Северо-Западного университета, один из хирургов, которые будут проводить эти экспериментальные операции.

1997 году Розенгарт доказал безопасность введения генов непосредственно в сердце человека. Разумеется, нет игл столь тонких, чтобы можно было попасть в отдельную клетку, поэтому используются вирусные



Здоровый мозг



Мозг при болезни Альцгеймера

2008 Ванцина против рана шейни матни. Уничтожает вирусы, считающиеся причиной рака.

## 2009 Лекарства против болезни Альцгеймера. Препятствуют неправильной конформации белков, что, возможно, является причиной

болезни. 2012 Вживление

зубных имплантантов. Зубы, выращенные из стволовых клеток взрослого человека, заменяют искусственные имплантанты или зубные протезы. 2012 Трансплантация нервных окончаний. Выращенные в лаборатории нервные клетки, введенные в мозг, нивелируют последствия инсульта.



NAME OF STREET OF STREET

векторы: нужный ген включают в геном вируса, который лишен способности размножаться, но может проникать в клетки. Тем не менее еще пять лет назад были серьезные сомнения относительно реакции сердца на вторжение вирусов.

Первым «подопытным» стал 56летний адвокат из штата Нью-Йорк, состояние которого не позволяло провести ангиопластику или коронарное шунтирование. Розенгарт ввел ему в сердце нейтрализованный вирус, вызывающий обычную простуду, содержавший ДНК, кодирующую фактор роста кровеносных сосудов. Идея заключалась в том, чтобы вырастить новые сосуды, которые обеспечат кровоснабжение сердца в обход блокированных участков. Результаты оказались настолько успешными, что за этим пациентом последовало уже около тысячи других. Если итоги эксперимента по восстановлению сердечной мышцы с помощью стволовых клеток окажутся столь же впечатляющими, через три-пять лет эта процедура станет общедоступной.

#### покончить с диабетом?

У д-ра Дениз Фостмен свои взгляды. Как бы ни восторгались генной терапией ее коллеги, последние 15 лет она скептически относится к ее перспективам. Вместо этого исследовательница из Медицинской школы Гарвардского университета сосредоточилась на белках — продуктах, которые вырабатываются генами. Ее цель — получить на основе этих белков средство для лечения инсулинзависимого диабета, ежегодно уносящего миллионы жизней.

Любой организм появляется на свет с запасом генетической информации, обеспечивающей синтез белков, необходимых для его жизнедеятельности. Один из этих белков, *TNF*-альфа (фактор некроза опухолей), играет определенную роль в уничтожении нестандартных клеток. Фостмен решила поэкспериментировать с *TNF*-альфа и другими природными белками в поисках средства от диабета. В качест-





2012 Электронный глаз.

ве модели она использует мышей, у которых, как и у людей, вырабатывается TNF-альфа.

Фостмен знала, что попытки использовать этот белок для лечения рака закончились неудачей: доза, вызывающая ремиссию опухолей, была так велика, что лечение оказалось хуже болезни.

Тем не менее в результате почти десяти лет исследований Фостмен добилась своего. В течение 40 дней она дважды в неделю вводила 253 мышам, больным диабетом, малые дозы TNF-альфа для борьбы с неправильными лейкоцитами, атакующими поджелудочную железу, в сочетании с комплексом, включавшим белок МНС класса I, необходимым для распознания антигена, обусловливающего атаку. Лечение помогло 73 процентам мышей навсегда избавиться от диабета и восстановить нормальный уровень сахара в крови. Но что еще более поразительно, началось исцеление мнению Фостмен, клинические испытания лекарства начнутся через два-три года, а в распоряжение врачей оно может поступить лет через десять.

#### ЭЛЕКТРИЧЕСКИЙ ДВИГАТЕЛЬ

Чтобы электроприбор работал, мы подключаем его к питанию с помощью провода. Не могут ли врачи вернуть движение парализованной конечности с помощью провода, идущего прямо к мозгу? Такая работа уже ведется. Исследователи вживили электроды в мозг макакрезусов, наших ближайших биологических родичей, и научили их мысленно управлять компьютером. Одной из групп макак удалось заставить скакать трехмерные мячи, не двигая лапами.

Принцип работы прост: электроды толщиной с волос закрепляются на двигательной коре головного мозга, которая управляет движени-

# Ученые считают, что для исследований **свиньи подходят лучше, чем приматы.**

пораженной диабетом поджелудочной железы. «Впервые в ходе экспериментов на животных удалось добиться регенерации поджелудочной железы, — говорит Фостмен. — Считалось, что это невозможно». Но диабетикам пока еще рано отказываться от инъекций инсулина. По

ями. Когда обезьяна думает о движении рук, электроды передают соответствующие импульсы на компьютер, который пропускает их через математическую программу, двигающую курсором на экране (эксперимент в Университете Брауна) или заставляющую подпрыги-

вать трехмерное изображение мяча (проект Университета штата Аризона). В компьютерную программу заложены собранные за десятки лет данные по нервным импульсам, управляющим движениями лап макак. Считается, что эти импульсы аналогичны человеческим.

Исследователь Филип Р. Кеннеди из Джорджии имплантировал сходное устройство пяти пациентам, страдавшим тяжелой формой паралича с потерей способности движения и речи. Такой «мозговой коммуникатор», как называет устройство д-р Кеннеди, позволяет больным двигать курсор на экране компьютера и печатать сообщения. На последней стадии болезни Герига, которой страдали трое из пяти участников эксперимента, общение становится бесценным даром.

Когда-нибудь более сложное оборудование позволит еще эффективнее облегчать состояние парализованных людей. В конечном счете электроды смогут считывать сигналы с двигательной коры мозга и передавать их в обход повреждения позвоночника, позволяя двигать руками и ногами.

По мнению д-ра Эндрю Шварца, гораздо реальнее другой вариант. Недавно ученые из Университета штата Аризона приступили к экспериментам с ручным протезом китайского производства, снабженным моторчиками и сенсорами и обеспечивающим полный спектр движений от кисти до плеча. Теперь, когда д-р Шварц усаживает

своих макак за работу, они передают сигнал на компьютер, управляющий рукой-роботом. К тому времени, когда начнется испытание протезов на людях, появятся миниатюрные микросхемы для имплантации в мозг, так что пациентам не придется таскать за собой компьютер. Когда этот день наступит, после ампутации рук станет возможным не только писать, но и работать электродрелью.

#### ОТ СВИНЬИ К ЧЕЛОВЕКУ

Древние сказания полны сатиров, сфинксов и других вымышленных существ, сочетающих черты человека и животных. Вот вам еще одна идея, из вымысла ставшая реальностью. Кардиологи и сейчас пересаживают людям сердечные клапаны свиньи, однако они уже не считаются живой тканью. Пересадка людям целых функционирующих органов животных намного сложнее. Самым известным получателем животного органа стала новорожденная девочка из Калифорнии, которая в 1984 году прожила 20 дней с сердцем бабуина. Но подобные эксперименты крайне редки.

Впрочем, ситуация может измениться благодаря новому открытию. Две группы ученых клонировали свиней, у которых отсутствует ген, необходимый для образования определенного компонента клеточной оболочки. Этот компонент, отсутствующий у людей, способен вызвать отторжение имплантанта им-

мунной системой человека. Теперь исследователи планируют путем скрещивания вывести породу свиней с этой генетической модификацией. Примерно через полтора года у них будет достаточно материа-

Более того, приматы, органы которых наиболее близки человеческим по размерам, — шимпанзе, гориллы и орангутанги — относятся к видам, находящимся на грани исчезновения. Общественности будет

# Кто решает, **угрожают ли медицинские открытия жизни или утверждают ее?**

ла для начала экспериментов в Гарварде по пересадке органов свиней бабуинам. В прошлом бабуины с пересаженными свиными органами жили несколько недель, от силы несколько месяцев. Но, по мнению одного из руководителей исследований, д-ра Дэвида X. Сакса, генетическая модификация позволит повысить выживаемость.

Почти во всех клинических испытаниях с 60-х годов по начало 90-х использовались органы приматов, однако исследователи считают, что свиньи подходят больше. Люди и обезьяны эволюционно близки, что создает угрозу межвидового переноса болезней (вспомните СПИД, источником которого считаются обезьяны). «Свиньи и люди тысячелетиями жили бок о бок, но взаимного обмена болезнями пока не выявлено», - объясняет Сакс. К тому же хирурги уже использовали живые клетки свиней для восстановления мозга и почек у людей, и при этом никакой передачи заболеваний не обнаружилось.

намного легче смириться с разведением свиней для пересадки органов, ведь их и так давно разводят на съеление.

Однако некоторые возражают против подобных экспериментов, считая их эксплуатацией животных. Д-р Стивен Завистовский, научный консультант Американского общества защиты животных, выступает против большинства исследований с использованием животных. «Мы плохо представляем себе, что происходит со свиньями и другими животными при изменении их генов, - говорит он. - Все это далеко не так просто». Д-р Завистовский хочет ввести контроль за изменениями физиологии и поведения генетически модифицированных животных. Тем не менее, если эксперимент с пересадкой органов свиней бабуинам пройдет успешно, пересадка их людям может начаться уже через три года.

Наука развивается со скоростью света. Получая новые лекарства и ме-

тоды лечения, мы вынуждены решать этические проблемы, и делать это быстро. Многие из нас не приемлют эксперименты на животных во благо человека, но для миллионов других реальная моральная проблема заключается в том, можем ли мы экспериментировать с основами нашей человеческой сущности. «Сама концепция прав человека вытекает из того, что мы – люди, - говорит политолог Фрэнсис Фукуяма, автор книги "Наше нечеловеческое будущее". – Если мы изменим человека настолько, что его сущность станет иной, возникнет вопрос, какими правами будет обладать это существо и будут ли эти права такими же, как и права обычного человека».

Кто решает, угрожают ли медицинские открытия жизни или утверждают ее? Сейчас общественность бурно обсуждает вопрос использования эмбриональных стволовых клеток и связанную с ним проблему: в какой момент начинается жизнь? Но все исследования, направленные на трансформацию организма, ставят перед нами еще более широкий вопрос: что значит быть человеком?

# Странный МИДО д-ра Уайта

Эрик Трамп

ЕЙРОХИРУРГ РОБЕРТ УАЙТ С ВОЛНЕНИЕМ ОЖИДАЛ ОТВЕТА НА ВОПРОС, УДАЛОСЬ ЛИ ему создать новую жизнь. В тот день, 14 марта 1970 года, проведя 12-часовую операцию в неврологической лаборатории при

кливленской городской больнице, он падал от усталости.

Перед ним под наркозом лежали две макаки-резуса. Хирурги ввели в трахеи животных трубки и подключили их к аппаратам искусственного дыхания. Затем они сделали обезьянам надрез вокруг шеи и,

отделив мышцы и ткани, обнажили сонную артерию, яремную вену, трахею, пищевод и позвоночник.

Далее хирурги ввели в вены и артерии пластиковые трубки и перерезали позвоночник. Теперь ни один нерв не соединял голову животного с телом — только левые и правые артерии и вены. И наконец, врачи соединили трубки, выходящие из головы первой макаки, с теми, что торчали из тела второй. Теперь д-р Уайт был готов к уникальному завершающему этапу операции. Он отделил голову от торса и приготовился соединить ее с соседним безглавым телом. Компьютеры продолжали следить за основными параметрами жизнедеятельности, пока он сшивал артерии с артериями, а вены с венами. Нельзя было позволить себе ни одного неверного стежка.

Когда кровообращение было восстановлено, он скрепил позвоночник металлической пластиной и сшил мышцы и кожу. Операция занако ее глаза непостижимым образом двигались, следя за перемещавшимся по лаборатории д-ром Уайтом. Электроэнцефалограмма выглядела нормально, животное не только было в сознании, но и могло думать. Оно даже попыталось укусить врача.

Возможно, он заслужил это. Была ли операция оправданной с точки зрения медицины или просто садистским экспериментом? У Уайта нет сомнений на этот счет. «Это было чудо, — утверждает он. — Мы смотрели на эту макаку, как на святыню. Нам удалось пересадить животному то, что можно считать его душой».

Макака прожила всего 12 часов, но Уайт считал, что со временем удастся увеличить продолжительность жизни.

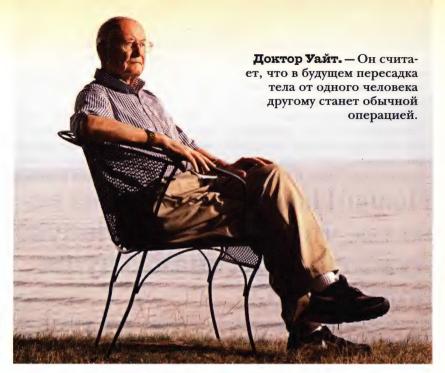
В течение последующих 20 лет Уайт и его коллеги выполнили еще 14 «пересадок тела», доведя продолжительность жизни обезьян до восьми дней. Но операция, закончившаяся тем памятным мартов-

# По мнению Уайта, тело — это всего лишь мешок с органами, а мозг — вместилище души.

кончилась. Голова была пересажена. Два животных стали одним. Но придет ли полученное существо в сознание? Врач ждал.

И наконец это случилось: оно открыло глаза. Ниже головы макака была полностью парализована, одским вечером в Кливленде, поставила перед Уайтом вопрос, который занимает его до сих пор и не дает покоя другим: смог бы он пересадить голову человека?

Уайт решил, что смог бы, причем такая операция была бы проще, по-



скольку вены и артерии человека крупнее, чем у обезьяны, и с ними легче работать. Пересадка человеческой головы не кажется Уайту чем-то ужасным. «Если бы вы были полностью парализованы и умирали из-за того, что начали отказывать все органы, новое тело смогло бы продлить вашу жизнь на несколько лет», — говорит он.

Сейчас, через 30 с лишним лет после эксперимента с обезьяной, Уайт убежден, что пересадка человеческой головы неизбежна. Сам он уже не оперирует, но надеется «дирижировать» операцией, где бы ее ни проводили. Возможно, это будет Россия или Украина, где Уайт уже много лет консультирует врачей.

Основным препятствием остаются деньги — на покрытие всех расходов могут потребоваться миллионы.

По мнению Уайта, проблемы с желающими не возникнет. Он получает письма от отчаявшихся людей, готовых на все, чтобы продлить жизнь. Пересадка головы? Почему бы нет? Впрочем, многие относятся к этому иначе. «Мысль о подобной операции [по пересадке головы] приводит меня в ужас, — говорит д-р Артур Каплан, директор Центра медицинской этики при Пенсильванском университете. — Жизнь после нее станет невыносимой. Человек станет совсем другим».

Не меньший ужас испытывают борцы за права животных. В начале

8о-х годов некоторые из них угрожали Уайту, его жене и десятерым детям, вынудив семью обратиться за защитой к ФБР. Уайт до сих пор получает гневные послания.

Такая ненависть его удивляет: в конце концов, он же не шарлатан. Этот 76-летний врач окончил Гарвардский университет и стал заслу-

ко органов одному человеку, а по словам Уайта, он ставит целью обеспечить все донорские органы в упаковке из кожи.

По мнению Уайта, тело всего лишь мешок с органами, а мозг — вместилище души. «Наша сущность расположена между ушами, — заявляет он. — Мозг отвечает за музыку

# Иоанн-Павел II взглянул на меня так, что я понял: **не следует думать, что я знаю о душе больше его.**

женным нейрохирургом, за его плечами годы клинического опыта и докторская диссертация. Благодаря исследованиям Уайта мы научились сохранять мозг путем охлаждения, что позволило разработать метод охлаждения тела при серьезных операциях. А эксперименты Уайта с извлеченным из черепа мозгом, в котором искусственно поддерживалась жизнь, помогли врачам изучить процессы обмена веществ в мозгу.

любом случае, как утверждает Уайт, медицинское сообщество разделяет идеи, которые привели его к пересадке головы. Врачи уже давно пришли к выводу, что смерть наступает в мозгу, а не в сердце. Хирурги могут пересаживать сразу несколь-

и искусство. С его помощью мы ищем Бога. Тело же просто поддерживает жизнь».

Вздор, возражает Артур Каплан. «Даже если мозг действительно основной орган, мы не можем изолировать его и сказать: вот суть человека».

Тем не менее Уайт — убежденный католик и член Папской академии наук. В конце бо-х годов он был приглашен в Ватикан для обсуждения вопросов медицины и морали с папой Павлом VI, а в последующие годы — с Иоанном-Павлом II. Поскольку католическая церковь принимает пересадку органов и смерть мозга, Уайта нисколько не удивило то, что ни один из пап не поставил под сомнение его исследования, хотя никто из них не дал ему явного благословения на то, чтобы менять головы.

На самом деле был такой момент, когда Уайт сам почувствовал, что переступил некую границу. Когда он был в Ватикане на приеме у Иоанна-Павла II, речь зашла о пересадке органов

- Я с энтузиазмом говорил о том, что мозг и душа едины, когда Иоанн-Павел II взглянул на меня так, что я понял: не следует думать, что я знаю о душе больше его.

Что ж, вполне справедливое замечание. Впрочем, кем бы мы ни считали Уайта — доктором Франкенштейном тела или Христофором Колумбом души, он заметно пошатнул наше представление о том, что значит быть человеком. Теперь мы знаем, что сознание можно переносить из одного тела в другое. Единственный вопрос: а следует ли это делать?

#### Ну что тут скажешь?



Мы с мужем препирались целый день, и наконец я предложила ему заключить перемирие: в течение 48 часов мы не будем делать друг другу критических замечаний. «Сейчас суббота, четыре часа дня, — сказала я ему, — так что пусть не будет никаких упреков до понедельника, четырех часов дня».

- Ну хорошо, — согласился он. — Но тогда-то уж я тебе все выскажу.

—энджел хеллер, *США* 

#### Разоблачили

Я купила себе тренажер «бегущая дорожка» и поставила его в центре гостиной, чтобы почаще им пользоваться. Мои дети знали, что трогать его нельзя, но, когда у нас в гостях бывали их друзья, их так и тянуло к снаряду. Через несколько месяцев я призналась себе, что все это время халатно относилась к своему плану тренировок, но насколько все запущено, я поняла лишь в тот день, когда моя пятилетняя дочка Джулия привела к нам поиграть свою подругу Макензи. Из соседней комнаты я услышала слова Джулии: «Это мамина "бегущая дорожка", и никому нельзя ею пользоваться».

- Никому-никому? спросила Макензи.
- Никому, убежденно подтвердила Джулия. Даже маме.

-дайан томпсон, Канада

#### Сергей Безруков

ритель во все времена был склонен переносить черты персонажа на его исполнителя. И это неизбежно ставит вопрос об ответственности актера за действия его героя,

вопрос по сути своей некорректный, — но критики вновь попались в эту ловушку, обвиняя создателей телесериала «Бригада» в романтизации бандитского стиля жизни. А на самом деле зритель так близко к сердцу принял главного героя сериала Сашу Белого, потому что его очень убеди-

## POMAHTI

Он играет Пушкина и Дантеса, бандита Белого, веселого шулера и обитателя сумасшедшего дома...



тельно сыграл Сергей Безруков. Еще шел показ, а на РТР хлынул поток писем с просьбой повторить сериал. Именно тогда многие из нас спросили себя, что мы знаем о Сергее Безрукове.

Он играл Есенина в театре Ермоловой, а сейчас играет Пушкина. За исполнение роли Сергея Александровича он получил Государственную премию в 23 года, а спектакль о Пушкине поставил его отец — актер,

сценарист и режиссер Виталий Безруков, хороощущать себя заложником образа веселого пародиста, ушел.

В свои 29 лет он успел сняться в двух десятках картин и телесериалов, включая «Петербургские тайны», «Крестоносец», «На бойком месте», «Китайский сервиз», «Вместо меня», «Азазель» и, конечно же, «Бригада».

При общении с ним покоряют его открытость, энтузиазм молодости, бесконечное уважение, с кото-

рым он относится к свое-



шо известный московским театралам.

В послужном списке Сергея Безрукова более двух десятков театральных ролей, и с 1993 года он играет у О. П. Табакова, где среди его работ еще один образ из ряда гениев человечества — «вечный ребенок» Моцарт. Но, говоря о великих, стоит упомянуть телепрограмму «Куклы». Безруков три с половиной года говорил голосом 12 (!) самых известных политиков. Но, когда, по собственному признанию, начал

му отцу, и обаяние, главный секрет которого, возможно, в голосе с хрипотцой. Он романтик, хотя на сцене и на экране перевоплощается из героев в комедиантов, и для его блестящего таланта от влюбленности до безудержного веселья, от жестокости до лиризма — один легкий шаг, совершенный в мгновение ока.

В этом месяце на экраны выходит новая комедия Э. А. Рязанова «Ключ от спальни», где заслуженный артист России Сергей Безруков играет одну из главных ролей. **РИДЕРЗ ДАЙДЖЕСТ:** Сергей, давайте поговорим о вашей работе в фильме Э. А. Рязанова «Ключ от спальни».

**СЕРГЕЙ БЕЗРУКОВ:** Эта картина и добрая, и смешная, и буффонадная — все вместе. Действие происходит в начале прошлого века, в 1912 году, уже появились авто, синема. У актрис костюмы и грим в стиле Веры Холодной, все очень красиво. В фильме звучат отголоски «Жестокого романса» и признания в любви полны трогательной чистоты.

лось, любит, когда актеры не просто играют, а живут в кадре.

Я об одном сожалею, что я так поздно родился и у меня не было возможности составить конкуренцию актерам, которые играли в его легендарных фильмах.

**Р. Д.:** Но и в этом фильме был сильный актерский состав.

**С. Б.:** Да, у меня были прекрасные партнеры: Коля Фоменко, Сергей Маковецкий, Женя Крюкова.

Фоменко открылся для меня с неожиданной стороны. Я считал его

# Одна фамилия Рязанова приводит меня в полуобморочное состояние. Я не мог поверить, что дорос до того, чтобы сниматься у Рязанова.

Р. Д.: А какая у вас роль?

С. Б.: Я играю профессора орнитологии Павла Марусина. Это такой обаятельный, благородный человек, без фиги в кармане. Вначале он смешной и нелепый, а под конец превращается в графа Монте-Кристо с внешностью Антона Павловича Чехова.

**Р. Д.:** Вы ведь впервые снимались у Э. А. Рязанова?

**С. Б.:** Да, и мы сразу нашли общий язык. Я обожаю импровизировать. А Эльдар Александрович, как оказа-

этаким шоуменом. Но этот образ — всего лишь маска. Во время съемок мы познакомились ближе, он оказался интересной личностью, со своей замечательной правдой жизни. Он, кстати, из настоящих петербуржцев.

Как и Алексей Нилов, с которым мы несколько раз пересекались на гастролях, но подружились на съемках мелодрамы Виталия Москаленко «Она никогда не узнает». Фильм выйдет к 8 марта. Я играю мужа-неудачника, чья любовница-секретарша забеременела, а он продолжает

любить жену и от этого мучается. А Леша сыграл человека, которого полюбила бывшая жена, такого интеллигентного, уверенного в себе.

**Р. Д.:** Давайте вернемся к Рязанову.

ву. **С. Б.:** Я вам пример приведу. В июле на-

ворились. Пре

Я чувствую ответственность перед молодежью,

### как ни странно мне в мои 29 лет это говорить.

чинались съемки «Ключа от спальни», а у меня в Театре имени Ермоловой — выпуск «Пушкина». И отец сказал мне: «Тебя заменить некем, почти все сцены с главным героем, мы не сможем даже репетировать».

Ситуация тупиковая, а мне звонят продюсеры фильма, убеждают ехать на съемки, потом позвонил сам Рязанов: «Я тебя прошу, Сережа, я тебя очень прошу приехать на съемки». Я готов, отвечаю, но в театре меня не отпустят. На следующий день Рязанов приехал в Ермоловский театр, дождался перерыва в репетиции и подошел к отцу. Я уж не знаю, как именно, но они договорились. Представляете, Рязанов

лично приехал к моему отцу отпрашивать меня на съемки!

**Р. Д.:** Вот вы упомянули Пушкина, вы также исполняли роль Есенина, а сегодня вы играете в театре Табакова роль Моцарта. Что дает артисту право говорить со сцены от имени великих?

С. Б.: Только искренность по отношению к этим героям и только если чувствуешь в себе достаточно темперамента. И если ты не способен взорваться

так, как мог взорваться великий поэт, то не надо выходить на сцену. Пушкин обладал невероятным обаянием, при некрасивой внешности это был очень красивый человек. Он умел попасть в резонанс с женской душой, и она влюблялась сходу, сразу. У него был такой взгляд, что трудно было отказаться от романа, мимолетной связи, встречи, прикосновения...





**Р. Д.:** Вы ощущаете свою ответственность перед зрителем?

С. Б.: Еще как. Особенно после «Бригады». Я выхожу на сцену и чувствую, мои зрители ждут: что я скажу и продолжу ли я проповедовать мораль Саши Белого.

Вот говорят: «Пушкин – наше все», это пустые слова, и я против них. Когда мы видим памятник, мы перестаем интересоваться человеком. Спросите у любого прохожего, что он недавно читал из Пушкина и лежит ли у него томик Пушкина на столе. Скажут: вы с ума сошли.

Мы поверхностно относимся к той самой классике, которую нас заставляли читать в школе.

Это и понятно: кто будет перечитывать «Капитанскую дочку», если ему за нее поставили тройку.

**Р. Д.:** А вы считаете, что после того, как они придут на спектакль, они будут читать Пушкина?

**С. Б.:** Да, потому что на сцене будет живой человек.

Самое главное, когда играешь гения, — испытывать любовь и преданность ему. Играть не ради себя, а ради него. Я добьюсь того, чтобы

зритель полюбил моего героя. Я не буду выбрасывать слов из песни. Можно и хулиганство так сыграть, что зритель скажет: «Нормальнонормально, я сам такой». Да что эти

ские спис-

донжуан-



Мне хочется разбудить в сердцах моих зрителей добрые чувства, которые сегодня многими утрачены.

ки, что мы ханжим-то, ребята! Зато он искренний, зато он романтик, зато он обаятельный!

И зритель уже воспринимает боль Пушкина как свою. За первый акт он его уже полюбил. И в конце, когда его убивают, зритель чувствует, как его героя отбирают!

Пушкин становится родным. Не «наше все», и не памятник, а мой.

**Р. Д.:** Признайтесь, это внушил вам ваш отец?

С. Б.: Да, он воспитывал меня в этом духе, это все не с неба свалилось. Отец с детства внушал мне чувство гордости за то, что я родился именно здесь, что Россия - это страна с богатейшей культурой.

Отец возил меня по Золотому кольцу. Впервые он взял меня с собой на гастроли в Питер, когда мне было лет семь. Он открыл для меня Эрмитаж. Отец мой - человек искусства, и он смог заразить меня

этой страстью и привязанностью к искусству.

Да, я сыграл главного героя в таком фильме. Вот если бы я до этого

XX века, добавит, что был такой

фильм «Бригада».

играл бандитов и меня опять позвали играть бандита. Но я играл Есенина и после «Бригады» снимался у Рязанова.

Я воспринимаю эту роль как возможность реального воздействия на молодое поколение. Я не хочу, чтобы они были бандитами, мне не-

приятно, когда на улице



биваюсь постановки сериала

о Сергее Есенине, и добьюсь. Зрители, которые полюбили Сашу Белого, увидят на экране Блока и Есенина.

Р. Д.: Вы считаете, что это правильно, что зритель пойдет ради Белого?

С. Б.: А что делать, если в сегодняшней жизни это так.

Оценки могут быть разные. А кто-то, вспоминая это время, конец ко мне подходят братки. Хотя, с другой стороны, это свидетельство того, что я точно попал в образ.

Р. Д.: Кстати, как вы добиваетесь попадания в образ?

С. Б.: Знаете, есть такая байка. Один актер готовился к роли нищего, облазил все помойки, а великий Лоуренс Оливье спросил его: «Почему от вас так ужасно пахнет?» «Я пытаюсь вжиться в образ», - отвечает тот. Оливье сказал: «А сыграть не пробовали?»

- **Р. Д.:** Общеизвестный факт, что вы один из любимых учеников Олега Павловича Табакова. Вы действительно напоминаете чем-то его в молодости.
- С. Б.: Вот этого я не знаю. Может быть, когда мне было шестнадцатьсемнадцать лет и я учился у Табакова в Школе-студии МХАТ, чем-то я напоминал того самого солнечного розовского мальчика, каким был Олег Павлович в молодости. Но я отнюдь не был любимчиком. В театр меня не одного взяли, нас было пять человек из двадцати пяти на курсе.
- **Р. Д.:** Вы хоть и недавно, но счастливо женаты. Что для вас главное в семейной жизни?
- С. Б.: Доверие. А уже потом, как говорится, производные: терпение, умение сдерживать эмоции. Но не закрыться, ведь человек, подавляющий эмоции, в конце концов взорвется. Семейная жизнь это политика.
- **Р. Д.:** Значит, и в личной жизни человек должен продолжать играть какую-то роль?
- **С. Б.:** Нет, нет, политика не в игре в другого человека. Я имею в виду

# Он имеет смелость пробиваться в трудные минуты существования своих героев. В нем не растрачен актерский пыл, данный ему от природы. О. Табаков

Олег Павлович любит пахарей, он сам такой. Он всегда предостерегает: «У меня в двадцать девять лет был инфаркт, давай-ка остановись». А сам-то что творит, несмотря на все свои инфаркты: поездки, переезды, спектакли. Он-то совсем себя не бережет.

Он обладает колоссальнейшей работоспособностью, и я стараюсь себя не щадить. Но в то же время мое кредо сейчас: работать для того, чтобы жить и наслаждаться всеми прелестями жизни.

политику взаимоотношений: если ты не прав, попробуй смирить свою гордыню. Найди такой ход, чтобы признаться, но не в ущерб своему самолюбию.

Р. Д.: У вас это получается?

**С. Б.:** Я стараюсь. Еще важно внимание. Каждому из нас хочется внимания, но иногда нас надо оставить в покое. Чуткость друг к другу — вот что важно. И романтика — для возобновления чувств, которые нетнет да и притупляются.

# Јсекретов удачи

Как добиться того, чтобы вам везло в жизни

Марк Майерс

оздно вечером 16 июня 1997 года Карен Минахен укладывала коробку с проводами на заднее сиденье автофургона, принадлежавшего ее сыну. 55-летняя женщина — менеджер по организации и проведению мероприятий помогала сыну, начинающему диджею, записывать на видео школьный бал на ярмарочной площади в маленьком городке Пуйаллап, штат Вашингтон.

Когда Минахен уже закрывала заднюю дверцу, на дорожку, где был припаркован автофургон, зарулила какая-то машина и въехала в фургон сзади, придавив Минахен. Женщина, сидевшая за рулем, находилась в состоянии сильного опьянения. Она дала задний ход, нанеся Минахен еще два удара, прежде чем сбежавшимся прохожим удалось остановить ее.

У Минахен были переломаны все ребра и проколоты легкие, а правую ногу врачам бригады «скорой помощи» пришлось ампутировать на месте. Вертолетом Минахен доставили в травматологическое отделение Медицинского центра



Харборвью в Сиэтле, где она почти четыре недели пролежала в состоянии комы.

За последующие четыре года ей пришлось перенести 26 мучительных операций, она потеряла работу — все это могло бы любого выбить из колеи. Но Минахен, оптимист по натуре, не позволяла себе падать духом. Она убедила врачей ввести ее в правление шести организаций, занимающихся сбором средств для людей, которым требуется протезирование. «Я всегда считала себя везучим человеком и до сих пор так думаю, — говорит Минахен. — Ведь я жива и могу помогать тем, кому хуже, чем мне».

#### Но при чем же тут везение?

Так же как и Минахен, большинство людей верят в удачу. Мы не расстаемся с талисманами, носим «счастливые» рубашки и совершаем свои собственные маленькие ритуалы перед какими-нибудь ответственными мероприятиями. Боясь спутнуть удачу, мы ни за что не станем проходить под лестницей-стремянкой и приходим в ужас, когда разбивается зеркало.

Везение, к которому каждый из нас стремится, — это работа, приносящая удовлетворение, любимый человек, верные друзья, душевное спокойствие. Чтобы добиться этого, необходимо развивать в себе «удачливость», сочетание такого отношения к жизни и поведения, которое будет притягивать счастливые возможности.

— Люди, которые кажутся удачливыми, привлекательны в глазах окружающих, потому что они деятельны и счастливы, — говорит Эллен Лангер, преподаватель психологии из Гарварда. — Они притягивают нас, как магнит, потому что мы надеемся, что, возможно, частичка их удачи перепадет и нам.

Считайте себя удачливым человеком, и вам будет чаще везти.

#### 7 секретов удачливых людей

**1** Считайте, что судьба на вашей стороне. Чтобы у вас сформировался правильный подход к жизни, необходимо верить в то, что хорошие моменты случаются не изредка, а постоянно, говорит Мартин Селигман, преподаватель психологии из Университета штата Пенсильвания. Если вы будете считать, что вам всю жизнь не везет, вы даже не будете пытаться предпринять какие-то позитивные шаги, которые могли бы изменить ситуацию.

**Станьте** хозяином своих чувств. Настроенность на удачу ограждает вас от того, что, по выражению Дэвида Ликкена, почетного профессора психологии из Университета штата Миннесота, «крадет у человека счастье». К чувствам, понижающим степень вашей удачливости, относятся застенчивость, раздражительность, обидчивость, то, что, по его словам, отталкивает от вас людей, которые в дру-

гом случае согласились бы вам помочь.

Совладав с этими негативными эмоциями, вы сами себя зауважаете, станете более оптимистичными и открытыми. «Одно дело, когда вы испытываете подобные эмоции, и совсем другое дело, когда вы их демонстрируете, - говорит Рэймонд ДеПауло-младший с кафедры психиатрии медицинского факультета Университета Джонса Хопкинса. -Если вы осознаете, что сами провоцируете эти эмоции, - осознаете, в каких именно ситуациях вы склонны расстраиваться, - вы можете принять меры, чтобы притушить или преодолеть их, до того как они вырвутся наружу».

Сорокавосьмилетний Эрик Роуфс, преподаватель из Университета Гумбольдта в Калифорнии, чувствовал себя бессильным перед собственными негативными эмоциями. Он признается, что автоматически выискивал плохое в любой ситуации. Такой упаднический настрой, по его словам, привлекал к нему неудачников.

— В конце концов я понял, что пора ограничить ту дозу негатива, которая присутствует в моей жизни, — говорит Роуфс. Когда он положил неудачи в воображаемый конверт с надписью «потерянное время» и оградил себя от общения с людьми, которые несут заряд отрицательной энергии и которых он стал называть «отравителями», у него изменился подход к жизни. Теперь к нему тянутся позитивно настроен-

ные люди, приглашающие его к участию в проектах, которым сопутствует успех.

З Будьте готовы к появлению новых возможностей. Вы не можете предсказать, что уготовано вам судьбой. Но вы можете идти навстречу собственной удаче, приучая себя больше доверять людям, говорит Джон Крумбольц, профессор педагогики и психологии из Стэнфордского университета.

Например, мы часто с неохотой делимся на работе своими идеями с коллегами, боясь, что они присвоят их себе и наши заслуги останутся незамеченными. А зря — тех, кто щедро делится своими идеями, часто приглашают на важные совещания, на которых открывается масса возможностей, именно потому, что их ценят за вклад, который они вносят в общее дело. Кроме того, если вы будете держать свои гениальные идеи при себе, они так при вас и останутся.

— Я считал, что у меня просто мрачный характер, я никому не доверял, — говорит Роуфс. — Теперь я больше открыт людям и готов выслушать их мнение. Окружающим стало гораздо легче иметь со мной дело, и у меня появились новые возможности.

**Считайте, что мир принад- лежит вам.** Как говорится, под лежачий камень вода не течет. Сидя дома, удачливее не станешь. Нужно смело идти навстречу жизни,

#### Везение начинается со счастья

Сть ли связь между счастьем и удачливостью? «Когда вы счастливы, вы становитесь сообразительнее, вам легче общаться с окружающими и у вас улучшается самочувствие, — говорит д-р наук Мартин Селигман. — Из всего этого складывается то, что мы традиционно называем везением».

Вот несколько советов д-ра Селигмана.

- Остановитесь, присмотритесь и вслушайтесь. Старайтесь каждый день находить время, чтобы повнимательнее вглядеться в окружающее. Замечайте цвета, рисунки и узоры в природе и архитектуре. Это разовьет у вас чувство прекрасного и пойдет на пользу самочувствию.
- Поймите, что все могло бы быть и хуже. Не забывайте благодарить судьбу за то хорошее, что она вам посылает. Перестаньте зацикливаться на плохом и сосредоточьтесь на том, чтобы изменить свою жизнь к лучшему.
- Позволяйте себе поблаженствовать. Представьте себе, что вы чувствуете, когда занимаетесь самым приятным для вас делом, и вам станет очень хорошо.

  —марк майерс

понимая, какой удачей это может для вас обернуться, говорит Крумбольц. Он называет этот прием «запланированные счастливые случайности». «Никогда не ограничивайте свои шансы и не бойтесь делать ошибки, — советует он. — Вы получаете от жизни больше, если стремитесь чему-то научиться, а не тогда, когда ото всего отгораживаетесь».

Стефани Райс, летя из Нью-Йорка в Лондон в 1997 году, не планировала встретить в самолете своего будущего мужа. На самом деле Райс, директору по продажам и маркетингу из Хьюстона, больше всего на свете

хотелось как следует выспаться. Но вскоре после взлета мужчина, с которым она обменялась взглядами чуть раньше, подошел и спросил, не возражает ли она, если он сядет на свободное место рядом с ней.

Остаток пути они проговорили. Три года спустя он переехал в США и они поженились. «Мне повезло, что я встретилась с Тимом», - говорит Стефани. Но дело еще в том, что она не упустила свой шанс. «Мне очень хотелось спать, но я заставила себя поддерживать беседу, потому что надеялась, что из этого что-нибудь да получится. Я верю в судьбу, но я верю и в то, что человек сам

творит свою удачу, если он открыт новым возможностям».

**Держите в узде зависть.** Люди, которые с болезненной одержимостью сравнивают свою жизнь с чужой, в итоге часто ощущают себя неудачниками. Например, зациклившись на том, как повезло победителю лотереи, коллеге, который получил повышение по службе, или приятельнице, которая встречается с очень интересным мужчиной, можно почувствовать себя неудачником, предупреждает Эллен Лангер.

На самом же деле ни один из этих так называемых подарков судьбы не гарантирует счастья. То, что выглядит идеальным со стороны, может оказаться далеко не идеальным для вас. Оставайтесь верны своим целям и своим мечтам.

Будьте общительны. Чем шире ваш круг общения и чем приятнее в общении вы сами, тем больше у вас шансов стать везунчиком. Малколм Гладуэлл, автор книги «Несколько полезных советов: как большое может зависеть от малого», считает, что большинство общительных людей удачливы, потому что они общаются с широким кругом людей, среди которых могут быть и весьма влиятельные.

Большинству из нас трудно устанавливать и поддерживать связь с большим кругом знакомых. Вместо этого мы предпочитаем проводить свободное время с близкими друзьями. Но установление и поддержание ни к чему не обязывающих связей не так уж обременительно. Например, отправив открытку на день рождения или послав сообщение с полезной информацией по электронной почте, вы уже поддерживаете отношения. «Чем больше людей вы знаете, тем больше информации будет доходить до вас о самых раз-

ных возможностях», — говорит Гладуэлл.

**Умейте находить хорошее во всем.** Чтобы ощущать себя удачливым человеком, необходим позитивный взгляд на прошлое и оптимистичный взгляд в будущее, говорит Мэттью Смит, преподаватель психологии из ливерпульского Университета Хоуп в Англии и один из руководителей проводившегося в 1998 году исследования, предметом которого была удачливость.

Опрошенные, признавшие себя удачливыми, были склонны помнить больше хорошего и не хранили в памяти плохое. А когда у них случались неприятности, они, по словам Смита, сравнивали происшедшее с самым худшим вариантом развития событий и считали, что им крупно повезло.

Той же философии придерживается и Минахен. В самые мрачные дни после случившегося с ней несчастья она вела дневник, куда ежедневно заносила пять положительных моментов, обходя стороной все свои физические страдания. Это упражнение, по ее собственному признанию, напомнило ей о том, какая же она везучая, именно тогда, когда было так просто поддаться унынию и опустить руки.

Лишь немногие из тех, кого мучает кашель, идут к врачу. Остальные идут в театр.

# Андреа Купер

60

Около половины седьмого солнечным осенним утром молодой человек, находившийся в состоянии наркотического опьянения, бесцельно бродил по одному из жилых районов Сан-Хосе, штат Калифорния, в поисках незапертой двери.

Так 19-летний Маркус Аллен Пейден проник в дом Сузанн и Тома Маротти

Тома Маротти.

начала послышался какой-то шум, потом странные звуки переросли в голоса. Сузанн Маротти была в одной из детских спален. Может быть, это телевизор? Голоса становились все громче. Ругань. Крики.

Сузанн Маротти в детстве мечтала быть принцессой. В 20 лет она могла в полночь сесть в машину к приятелю и помчаться в Лос-Анджелес просто ради удовольствия. Она работала продавщицей в ювелирном магазине, неплохо зарабатывала и любила тратить деньги.

Однажды в магазин зашел Том Маротти — купить кольцо. Сузанн сразу приглянулась его спортивная фигура и уверенные манеры. Он пригласил ее поужинать. Она ответила, что не встречается с клиентами. Но он настаивал. И далее последовал бурный роман.

Том, прораб-строитель, предпочитал общаться с женщинами, которые были бы хороши собой, но при этом тише воды, ниже травы. Сузанн заявила, что он может забыть об этом. «Никто не смеет указывать мне, что я должна делать».

И так они поженились.

Том перестроил их скромное жилище в просторный дом. Они любили ходить на танцы, а отпуска проводили в Лас-Вегасе. Если его принцессе нужны были новая

ФОТО: PACCEJ KEЙ

мебель или машина, она тут же получала их.

А потом Сузанн забеременела, и их жизнь полностью изменилась. На седьмом месяце она обнаружила опухоль на шее. Врачи поставили диагноз болезнь Ходжкина. Спустя два месяца родился Томми, Сузанн удалили злокачественную опухоль. После девяти месяцев химиотерапии врачи сказали, что она находится в стадии ремиссии.

Но судьба не пощадила и Тома. Как-то поднимаясь по лестнице, он потерял равновесие и упал — это был первый симптом надвигающегося рассеянного склероза.

Преодолевая болезнь, Том продолжал работать. Сузанн вновь забеременела. Спустя несколько дней после рождения Мэттью Том сообщил о том, что его партнеры попросили его покинуть компанию, потому что он уже не справлялся со своими обязанностями.

Так постепенно принцесса превратилась в кормилицу семьи — в год рождения третьего сына, Дэниэла, она открыла собственный ювелирный магазин. Их семья росла, она очень любила Тома, но трудностей становилось все больше. У Тома начали отказывать руки и ноги, и Сузанн наняла помощника, Тодда Лича, который переехал к ним жить.

Сузанн побежала на крики мужа и в ужасе замерла в дверях. Какой-то мужчина схватил Тома, приставив нож к его горлу.

— Кто ты, черт побери? — закричала Сузанн, не веря своим глазам. Преступник не отвечал. — Не трогай его! Он даже не может ходить. Посмотри, вон инвалидное кресло, — умоляла Сузанн.

В тот момент, когда тот оглянулся, Сузанн, не раздумывая ни секунды, прыгнула на кровать и схватила незнакомца за руку.

Кто ты такой? Что тебе нужно?Лучше отцепись! – заорал он.

Хотя Том и не мог двигаться, но наблюдать беспомощно со стороны было не в его характере. Он попытался отвлечь внимание непрошеного гостя от Сузанн и прохрипел: «Ну, давай же, делай то, зачем пришел».

Шум разбудил девятилетнего Томми, он появился в дверях и, увидев жуткую сцену, заплакал: «Пожалуйста, не убивай папу!»

— Иди за Тоддом! — закричала Сузанн сыну.

спальне на первом этаже Тодд Лич также слышал голоса. Но сначала он подумал, что это телевизор или Маротти выясняют отношения. Но когда послышался чужой голос и что-то упало, Тодд выскочил из постели и поспешил в спальню

Заглянув в дверь, он замер от ужаса. Том лежал на полу, а какой-то высокий, жилистый мужчина с безумным взглядом угрожал Сузанн ножом.

Тома.

Пейден испугался, спрыгнул с кровати и бросился мимо Тодда в прихожую, следом за Томми. Мальчик вбежал в спальню брата и залез под кровать. Пейден попытался настичь его своим ножом, но промахнулся.

До этого момента у нее не было возможности осмыслить ситуацию. Все казалось каким-то нереальным. Только сейчас до нее дошло, что этот сумасшедший может убить ее сына, убить их всех. Что же мне де-

## **«Убери отсюда детей, Тодд!»** — прохрипела Сузанн.

Оставшись один в своей комнате, Том испытывал ужас, он боялся не за себя, а за свою семью, которой ничем не мог помочь.

В другой комнате Пейден увидел двухлетнего Дэниэла, лежавшего в своей кроватке. Он схватил ребенка и начал трясти его, когда в комнату ворвались Сузанн и Тодд. Сузанн удалось загородить собой ребенка. «Убери его отсюда!» — крикнула она Тодду.

Но тут в дверях появился заспанный четырехлетний Мэттью. Пейден пробежал мимо Сузанн, схватил Мэттью и скрылся вместе с ним в ванной комнате.

Пейден вскочил на унитаз, надеясь, что сможет выбраться через маленькое окошко. Одной рукой он обхватил Мэттью за горло — мальчик болтался в воздухе, лицо его было перекошено от страха. Сузанн и Тодд замерли в дверях.

- Назад, ты, сука, я убью его! заорал Пейден.
- Если ты с ним что-нибудь сделаешь, клянусь, я сама тебя убью, – крикнула Сузанн.

лать? Пытаться уговорить его? H не буду стоять и просто смотреть.

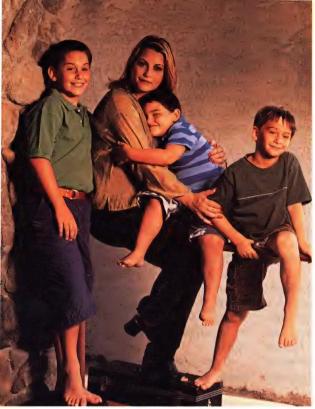
Сузанн вновь бросилась на Пейдена, и все трое повалились на пол. Мэттью удалось вырваться, и он побежал к Тодду. Сузанн попыталась встать с колен, но Пейден ухватил ее за волосы и приставил нож к горлу.

Тодд старался успокоить преступника. «Все нормально, не делай этого», — говорил он и показывал, что в руках у него ничего нет. Но когда он стал приближаться, Пейден занервничал и сильнее прижал нож к горлу Сузанн.

- Я убью ее, не двигайся.
- Убери детей! прохрипела Сузанн. — Выведи детей!

Как в кошмарном сне она увидела, как пятится Тодд вместе с Мэттью и как медленно закрывается дверь ванной комнаты.

Тодд вывел плачущих детей на улицу и велел им бежать к соседям. Потом он вернулся, крикнул Сузанн, что дети в безопасности, и опять набрал номер службы спасения.



**Жрабрая мама** — Сузанн со своими сыновьями (слева направо) Томми, Дэниэлом и Мэттью.

Несколько минут спустя машины с мигалками и воющими сиренами уже мчались к дому Маротти. На полицейской волне сержант Эмур услышал подробности происшедшего: элоумышленник, мужчина, взял в заложницы женщину. Приставил нож к горлу. Женщина сопротивляется.

Сержант Эмур служил в полиции 23 года и прекрасно представлял себе ситуацию. Застанут ли они женщину в живых?

- Ну ладно, я больше не буду, сказала Сузанн Пейдену, только не делай мне больно. Инстинктивно она стала вести себя так, как при продаже драгоценностей. Нужно быть дружелюбной и говорить не останавливаясь.
- Я все равно тебя убью, заткнись, – услышала она в ответ.
  - Чего ты хочешь?
- Они преследуют меня.
  Он за волосы потянул ее в угол.

У Сузанн пересохло во рту. Надо сделать так, чтобы он продолжал говорить. «Ты куришь? Я бы покурила».

- Что, косячок?
- Да нет, обычные сигареты.
   Она старалась говорить спокойно.
   Что тебе нужно? Зачем ты здесь?
- Они за мной гонятся.

  Хотят убить. Мне жаль,
  но придется убить тебя.

Пейден оглядывался по сторонам, его взгляд вновь задержался на окошке в ванной. И опять он потащил ее за волосы.

 Мне больно! — закричала Сузанн и попыталась ударить его.
 Пейден ударил ее головой о край полки.

Когда Сузанн жалобно застонала, настроение у него вроде переменилось.

- Я обычная женщина, сказала она. — У тебя есть сестра? — Она заметила, что в его глазах промелькнуло что-то человеческое.
  - Есть.
- Ведь тебе бы не хотелось, чтобы кто-нибудь сделал ей больно?

Сузанн попыталась поменять тактику: «Ты пришел не в тот дом. Меня зовут Сузанн. Наша фамилия Маротти. Как тебя зовут?»

 Не важно, – отвечал тот. – Я уже покойник, и я заберу тебя с собой.

озвонив в службу спасения, Тодд открыл дверь в ванную. Но злоумышленник занервничал, и Сузанн попросила закрыть дверь. Тодд пошел к Тому. Помог ему подняться и уложил его в постель.

Сделай что-нибудь! — молил его
 Том. — Выбей дверь.

Тодд был в трудном положении. Что он мог поделать? Решил, что лучше всего выйти на улицу и подождать полицию.

Сузанн предприняла еще одну попытку освободиться. Во время борьбы она порезала палец. Кровь потекла из раны. «Ты порезал меня! закричала она. — Дай полотенце». Пейден откинул волосы Сузанн, чтобы посмотреть, не порезал ли он ей горло. По-прежнему удерживая ее за волосы, он передал ей полотенце. Сузанн попыталась перевязать руку, но Пейден не дал ей сделать этого — он заставил ее лечь на пол, а сам уселся сверху.

*Ну вот, этого еще не хватало,* — подумала она.

Но Пейден не пытался изнасиловать ее. Он просто перелез через Сузанн и переместил нож с горла к сердцу, потом к животу, он действовал как безумный.

Сузанн совершенно обессилела. Нужно было срочно что-то придумать. Из комнаты Тома раздался крик: «Сузанн! Сузанн!»

- Я жива! крикнула она.
- На помощь! Эй, кто-нибудь, помогите моей жене! – кричал в отчаянии Том.

Пейден вел себя все более непредсказуемо. Он оторвал крышку с туалетного бачка и попытался закрыть ею окно, вдребезги разбив его. Осколки стекла посыпались на пол, и Сузанн лежала прямо на них.

 Я могу спрятать тебя, — сказала она, вспомнив, что он говорил о том, что его кто-то преследует. — У нас есть чердак. Туда ведет лестни-

# Во время потасовки Сузанн наконец-то выбралась на свободу.

ца. Я закрою тебя там, и никто тебя не найдет.

Сначала он молчал. Потом спросил: «Что ты имеешь в виду? Какой чердак?»

Сузанн сказала, что спрячет его за стропилами и там его никто не станет искать. Она пыталась тянуть время.

Продолжая говорить, она услышала шаги в передней. Услышал их и Пейден. Он запрыгнул в ванну. Держа Сузанн за волосы, попытался и ее затащить туда же. Из последних сил она закричала.

Дверь распахнулась, в ванную комнату ворвались сержант Эмур с двумя полицейскими. Пейден бросил нож, но, когда его вытаскивали из ванны, начал сопротивляться. Полицейские уложили его на пол и связали ноги.

Во время этой потасовки Сузанн выбралась на свободу. Она была в крови, но осталась жива. И муж жив. И дети. Она боролась изо всех сил, наконец-то все закончилось.

Маркус Аллен Пейден провел несколько месяцев в психиатрической больнице. Потом он был признан виновным в тяжком преступлении по 12 пунктам обвинения, включая угрозу оружием. Во время нападения он находился под действием наркотиков, чем частично объяснялось его ненормальное поведение.

За мужество и быструю реакцию Сузанн Маротти получила награду от сената штата Калифорния и полиции Сан-Хосе. Но самой ценной для нее была похвала ее мужа Тома. Понимая, каково было его любимой жене во время его болезни и этого страшного испытания, он сказал: «Я видел, как она ведет себя в трудные минуты, и за это я люблю ее все больше и больше. Если есть еще кто-то более закаленный, чем я, так это она».

-«Чаян», Россия

Писательница Рита Мэй Браун утверждает: «По статистике, у одного из четырех наблюдаются психические отклонения. Представьте себе своих трех хороших друзей. Если вы думаете, что с ними все в порядке, значит, это вы».

<sup>—</sup> Поздравьте меня, друзья! Я выиграл в телеконкурсе три главных приза.

<sup>—</sup> A за что?

<sup>—</sup> Первый — за выдающуюся память, а два других и не помню за что.

## Пельфийский ОРАКУЛ: ОРАКУЛ: Пророчества

Так неужели это воздействие токсичных паров? Оказывается, древние были правы

Уилльям Дж. Брод

течение как минимум 12 столетий Дельфийский оракул вещал от имени бога Аполлона, давая советы правителям, философам и простым смертным на все случаи: от личной жизни до государственных дел. Оракулом избиралась зрелая женщина, которую называли пифией. Впадая в транс, подчас граничивший с безумием, она отвечала на вопросы, отдавала приказы и изрекала пророчества.

Древние греки объясняли состояние пифии воздействием вдыхаемых ею паров,



поднимавшихся из-под земли. Однако современная наука не принимала всерьез этого объяснения, так как под храмом не было обнаружено ни расселины, ни возможного источника токсичных испарений. Специалисты сошлись во мнении, что дурманящие пары — всего лишь миф, как и многое другое из того, что рассказывалось об этом месте.

И вот теперь группа ученых, в которую входят геолог, археолог, химик и токсиколог, предоставила множество доказательств тому, что античная гипотеза верна.

Город Дельфы был основан еще до 1400 года до н. э. у подножия горы Парнас к северу от Коринфского залива. Построенный там со временем храм стал самым почитаемым святилищем Древней Греции.

Изначально это было место поклонения богине земли Гее, но к VIII веку до н. э. храм посвятили Аполлону, богу-прорицателю. Оракулы делали свои предсказания в состоянии транса и пользовались огромным влиянием.

Перед прорицанием пифия спускалась в подземное помещение и вдыхала священные пары. Одни ученые считают, что пророчества толковались и записывались жрецами-мужчинами, зачастую в допускающих двоякое толкование стихах. Другие полагают, что пифии произносили свои прорицания непосредственно перед пришедшими в храм.

С распространением христианства храм пришел в упадок. В IV веке н. э. его попытался восстановить римский император Юлиан Отступник, но оракул объявил, что его магические силы иссякли.

РАНЦУЗСКИЕ археологи начали раскопки под развалинами в 1893 году и добрались до фундамента храма, под которым не оказалось ни расселины, ни крупной трещины. Пьер Амандри, принимавший участие в более поздних раскопках, заявил, что в этом районе нет никакой вулканической активности и что поэтому здесь невозможно образование токсичных паров.

И вот в 1981 году в Дельфы по просьбе греческого правительства приехал геолог Йелле Цейлинга де Боер из Уэслианского университета, штат Коннектикут. Он должен был помочь Греции определить вероятность подземных толчков и землетрясений. Основным объектом его исследований стали тектонические разломы.

 Нам повезло, – рассказывает де Боер. Для многочисленных туристических автобусов, направляющихся в Дельфы, понадобилось сделать широкую площадку. Когда стали срывать холмы к востоку от Дельф, взору предстал «великолепный разлом, на вид недавний и активный».

Несколько дней де Боер обследовал разлом породы, проходя по многу километров по гористой местности. К западу от Дельф разлом смыкался с другим, уже известным, а центральная его часть была скрыта под обломками горной породы. И оказалось, что тот же разлом проходит прямо под храмом.

— Я читал Плутарха и других греческих философов, и мне пришла в голову мысль, что это, должно быть, и есть та трещина, по которой поднимались дурманящие пары.

Но геолог не стал развивать эту идею. Он был мало знаком с литературой по археологии и не сомневался, что ученые уже пришли к такому же заключению задолго до него.

«Я помню, как де Боер кинул мне карту с криком: "Да это же нефть!"»

рассказывает Хейл.

В 1995 году де Боер оказался в Португалии, и там, на римских развалинах, он встретил Джона Р. Хейла, археолога из Луисвиллского университета. Как-то вечером они сидели, потягивая вино, в кафе, и де Боер рассказал Хейлу о дельфийском разломе.

Такого разлома в Дельфах нет,
ответил Хейл.

Де Боер попытался убедить археолога, процитировав греческого философа Плутарха, который был членом коллегии жрецов святилища Аполлона Дельфийского, и древнегреческого географа Страбона. Оба они писали об испарениях, вызывавших божественное безумие. Плутарх отмечал, что парам свойствен сладковатый запах. В конце концов Хейл и де Боер решили совместно восстановить истину.

Хейл разыскал отчеты французских археологов о раскопках в храме и обнаружил в них замечание, что коренная порода в том месте, где возведен храм, «содержит трещины, образовавшиеся под воздействием воды». Видимо, археологи, ожидавшие увидеть зияющую глубокую расселину, не поняли важности небольших шелей.

 То, чему меня учили, оказалось неверным, – говорит Хейл. – Отчет французов не противоречил рассказам древних греков.

Вскоре ученые выдвинули предположение, что в породе может отыскаться еще более подходящий газ — этилен.

В 1996 году де Боер и Хейл вдвоем еще раз исследовали дельфийский разлом и изучили карты, составленные греческими геологами. В них указывалось, что нижние пласты породы — это известняк с примесью битумов, содержащий до 20 процентов масел черного цвета.

Я помню, как де Боер кинул мне карту с криком: «Да это же нефть!»
рассказывает Хейл.

Вопреки выдвигавшимся ранее предположениям, не требовалось никакой вулканической активности. Де Боер утверждал, что для нагревания битумов и выделения химических соединений в грунтовые воды под храмом достаточно обычных геологических процессов.

Во время экспедиции в 1998 году Хейл и де Боер открыли еще один разлом, которому они дали имя Керна, по названию известного источника, воды которого текут под храмом с севера на юг. Пересекающиеся разломы по форме напоминают букву X, как будто скрывающую за собой нечто неизвестное. Второй разлом оказался не менее загадочным, чем первый, и, как выяснилось, он проходил через систему родников, часть из которых давно высохла. Один из подземных

ключей бил прямо под фундаментом храма.

Образцы породы из высохших источников неподалеку от храма и из его основания исследовал геохимик из Университета штата Флорида Джеффри П. Чентон.

Он обнаружил метан и этан, каждый из которых при высоких концентрациях может вызывать у вдыхающего их человека изменения в сознании.



Святилище. — Вот как выглядит храм Аполлона сегодня.

Но вскоре ученые выдвинули предположение, что в породе может отыскаться еще более подходящий газ.

– Меня вдруг осенило, что, вероятно, там должен содержаться и этилен, – говорит де Боер.

Этилен гораздо менее стабилен, чем этан и метан, так что его отсутствие в древних камнях вполне объяснимо. Зато по своему влиянию на психическую деятельность он заметно сильнее.

Так к работе группы подключился Генри А. Спиллер, который руководит в штате Кентукки Региональным токсикологическим центром.

На начальном этапе этилен вызывает эйфорию, приподнятое на-

строение, неадекватное психическое состояние. Чем больше доза, тем сильнее воздействие. Но как только человек прекращает вдыхать этилен, эффект быстро прохолит.

Чентон отправился в Грецию собирать образцы породы из действующих источников вблизи храма. Коллеги ждали. Шли дни. Наконец он позвонил: этилен обнаружен.

Итак, судя по всему, древняя загадка разгадана.

Отчет о работе группы, опубликованный в журналах и представленный научной общественности, поначалу вызвал сомнения, которые скоро сменились признанием и восхищением.

#### Смех лучшее лекарство°

понцы едят мало жирной пищи, и у них реже бывает инфаркт, чем у англичан и американцев.

Французы едят много жирного, но и у них реже бывает инфаркт, чем у англичан и американцев.

Итальянцы пьют много красного вина, и все-таки у них реже бывает инфаркт, чем у англичан и американцев.

Вывод: можете есть и пить что угодно. Английский язык — вот что, по-видимому, убивает человека.

-ирвин кнопф, США

- жены начались сильные схватки, и ее муж в панике набрал 911. Когда оператор вышел на связь, он закричал:
- Моя жена рожает! У нее схватки через каждые две минуты. Что делать?
- Успокойтесь, сэр, сказал оператор. Это ее первый ребенок?
- Нет, в отчаянии сказал мужчина. Это ее первый и единственный муж!

рослышав, что в зоопарке удалось приучить льва жить в одной клетке с ягненком, мужчина приходит это проверить.

Он обнаруживает животных лежащими друг возле друга. «Как вам это удалось? — спрашивает он у смо-

трителя зоопарка. — Это какой-то фокус?»

— Нет, — отвечает смотритель. — Это продолжается вот уже три месяца. Но должен сказать вам, — доверительно сообщает он, — что нам уже несколько раз приходилось менять ягненка.

-клифф эдмондс, Великобритания

енеджер по персоналу проводит собеседование с претендентом на должность. «Как долго вы проработали на предыдущем месте?»

- Пятьдесят пять лет, отвечает тот.
- И сколько же вам лет? спрашивает потрясенный менеджер.
  - Сорок семь, сообщает тот.
- Извините, говорит менеджер, – но я не понимаю.
- Все очень просто, улыбается претендент. — Я всегда работал сверхурочно.

-шехерьяр хафиз, Пакистан

трое мужчин — очень умный, среднего ума и дурак — отправляются пешком домой, а до дома 65 километров. Они проходят мимо куста, на нем сидит филин. Вдруг филин заговаривает с ними: «Усталые путники, загадайте каждый по одному желанию, и я их исполню».

Умный говорит: «Хочу оказаться дома и разбогатеть».

Твое желание исполнено! — отвечает филин.

Тот, что среднего ума, говорит: «Хочу оказаться дома и жениться на первой красавице».

— Твое желание исполнено! — отвечает филин.

Дураку становится одиноко, и он загадывает желание: «Хочу, чтобы мои друзья вернулись!»

Двокат произносит заключительную речь перед присяжными — сплошь мужчинами, — которые собираются удалиться для вынесения вердикта. «Господа, — говорит он, — вам решать, заточить ли эту прекрасную, одинокую девушку в темную камеру или вернуть ее в ее чудесный, гостеприимный домик на берегу океана с телефоном 555-45-31».

-гон казенс, Австралия

орогая, — говорит муж жене, — я полагаю, без нового платья ты сегодня на премьеру не пойлешь?

- Конечно, нет, отвечает она.
- Я так и подумал. Поэтому купил только один билет.

-флавио, Мексика

в еврейской школе учитель спрашивает, есть ли у кого-нибудь вопросы.

— У меня, — говорит один мальчик. — В Библии написано, что сыны Израилевы перешли Красное море, так?

- Так, говорит учитель.
- И что сыны Израилевы победили филистимлян и египтян, что они построили храм и вообще все время занимались чем-то важным, так?
- Все правильно, соглашается учитель. — Так какой же у тебя вопрос?
- $-\,\mathrm{A}$  что все это время делали взрослые? говорит мальчик.

-кларенс крайенке, *США* 

енщина из благотворительного общества говорит слепому нищему:

- Но ведь на прошлой неделе вы были глухонемым!
- Ну, вы же сами видите: то одна напасть, то другая.

-мануэль леон санчес, Перу





### ОДИССЕЯ ОДИХАИЛА Воронина

#### Марина Благонравова

каждом уголке огромного зала на знаменитом московском стадионе «Динамо» идет своя тренировка. Через открытую дверь кабинета президента гимнастического клуба Михаила Воронина слышны ритмичная зажигательная музыка и голоса тре-

неров — настойчивые напоминания о прямых коленках и вытянутых носочках. Перед Ворониным — крепенькая девочка с огромными серыми глазами, из которых текут слезы, и рассерженный тренер Надежда Сергеевна Гальцова:

- Михаил Яковлевич, опять у нас лишний вес!
- Ты хочешь заниматься гимнастикой? Нельзя тебе пирожные есть, убеждает девочку Воронин. Ему ее

75

жалко. Но он должен помочь тренеру, который, как скульптор, лепит и тело, и психику спортсмена.

Почти все здешние тренеры, в том числе сын Воронина, 33-летний Дмитрий, — воспитанники «Динамо», чья школа в гимнастике всюду высоко ценится. Олимпийская чемпионка, американка Шеннон Миллер, которая тренировалась в этом зале, написала Воронину, что создала в США клуб «Динамо». Сюда приезжали на тренировки национальные сборные США, Канады, Японии, Франции, Финляндии, Австрии, Бразилии, ЮАР.

Воронину царапает душу мысль, что они тренируют тех, кто будет выступать против России. Но как без этого обойтись, если на одну магнезию, которой натирают руки гимнасты, клубу нужно 300 долларов в месяц?

А месте этого зала, построенного в 1974 году, прежде была открытая гимнастическая площадка. 13-летний Миша Воронин как-то заглянул сюда и пришел в восхищение при виде мужчин с могучими плечами и бицепсами атлетов: Вот бы и мне стать таким!

Начав заниматься в гимнастической секции «Динамо», он сразу ощутил, что гимнастика с ее видимой зрителю легкостью требует каторжного труда. Но у этого худенького мальчика, который рос без отца, погибшего на фронте, был крепкий, упорный характер. Он терпеливо делал бесконечные упражнения, чтобы развить плечевую мускулатуру. И потом, в большом спорте, работал так же, добиваясь виртуозной четкости и красоты исполнения. В 21 год он стал абсолютным чемпионом мира и с тех пор запретил себе проигрывать.

1968 году на Олимпиаде в Мехико до победы в многоборье ему оставалось только выступить в упражнениях на коне. Воронин уверенно начал делать круги и перемахи — и в какой-то момент, когда нога была над ручкой коня, зацепился пальцем за рейтузы. Остановка на пару секунд стоила ему 0,3 балла, которые в итоге лишили его золотой медали.

От стыда и отчаяния он ночью в гостинице, уткнувшись в подушку, рыдал, как ребенок. Утром проснулся в боевом настроении: Не ради серебра в многоборье мы с тренером работали четыре года! В тот день Воронин выиграл две золотые, две серебряные и одну бронзовую медаль в отдельных видах многоборья. Встав потом на весы, он обнаружил, что за три часа соревнований потерял пять килограммов — из своих 64, в которых даже ста граммов лишних не было.

Накануне Олимпийских игр 1972 года в Мюнхене ему опять не повезло — неудачно приземлился и порвал связку. Даже ходить было очень больно.

И все-таки Воронин убедил тренеров, что сможет достойно выступить на Олимпиаде.



Там врач команды, профессор Зоя Сергеевна Миронова, сделала ему укол новокаина в сустав, завязала ногу и сказала: «Ну все, иди выступай. Только помни: связки нет, если нога подвернется, лопнет кость». Четыре дня подряд он вставал с процедурного стола и шел в зал, как на эшафот. Стараясь не думать о том, что может сло-

мать ногу и что угодно еще, превозмогая дикую боль, когда заморозка начинала отходить, выступал на всех снарядах, в том числе на перекладине, где приходится прыгать с высоты пять метров. Из всех советских олимпийцев гимнасты в Мюнхене выступали первыми, от их старта зависело многое.

Воронин принес команде две серебряные медали. Но в последний раз стоя на пьедестале почета, он уже знал, что даже просто упраж-

мостике, он стоит на балконе и смотрит в зал, примечая на тренировках то, о чем надо будет поговорить с тренерами и спортсменами.

няться в гимнастическом зале ему больше никогда не захочется.

скоре он сдал последнюю сессию на заочном отделении Института физкультуры и был назначен главным тренером Центрального совета общества «Динамо». При нем «Динамо» продолжало давать чемпионов всех уровней, вплоть до олимпийского. Среди них был личный воспитанник Воронина, двукратный чемпи-



«Мне очень больно, что государство сейчас уделяет спорту так мало внимания», говорит Воронин.

он московской Олимпиады Александр Ткачев.

Подведомственное Министерству внутренних дел, «Динамо» имело собственные фабрики, выпускавшие спортивные товары. Это благополучие рухнуло, когда развалился Советский Союз. В 1992 году спортивным руководителям общества заявили: «Деньги кончились. Выплывайте своими силами».

Незадолго до того Воронина избрали президентом хозрасчетного гимнастического клуба. Пока государство в лице Центрального совета «Динамо» платило тренерам зарплату, давало средства на содержание зала и многое другое, в серьезных доходах необходимости не было. А теперь три десятка сотрудников клуба во главе с Ворониным собрались и стали думать, как выжить.

Отдадим тренерскую под склад.
 А раздеваться будете где-нибудь в уголке,
 предложил Воронин, уже переговорив с директором российско-австрийской фирмы по производству спортивной обуви.

Фирма разместила у них свои склады и пошивочную мастерскую.

Но жили, мягко выражаясь, небогато. Лучшие тренеры уезжали за рубеж. Воронину тоже сулили златые горы. Но он сразу для себя решил: «Лучше черствая горбушка здесь, чем сладкий пирог за границей».

В 1994 году обувная фирма лопнула, оставив клубу свои долги за свет и воду. Иностранные спортсмены приезжали

редко, тренеры получали буквально копейки. Тренеры разбегутся, зал за неуплату закроют... Что делать? Воронин вновь попытался сдать помещение в аренду. Но охотников не нашлось.

Прежде он уже обращался в Министерство образования и другие государственные структуры с идеей: «Если вы поделитесь с нами средствами, мы поделимся с вами своими успехами». Но клуб, находившийся в ведении «Динамо», никто не хотел брать под свое крыло. Оказав-

пись в безвыходной ситуации, Воронин возобновил эти попытки — и нашел спасение в лице Льва Борисовича Кофмана, председателя Московского городского физкультурно-спортивного объединения и заместителя директора департамента образования Правительства Москвы.

В начале 1995 года на базе клуба была создана спортивная школа МГФСО. Из бюджета департамента образования стали поступать деньги на зарплату тренеров и плату за аренду зала.

Однако опасность, что зал могут закрыть, постоянно витала в воздухе. Еще до создания спортшколы пришли люди с обувного рынка с проектом строительства над залом дополнительного этажа для рынка. А уже после подписания договора с МГФСО к Воронину явились двое энергичных, хорошо одетых мужчин и предложили сделать из зала салон по продаже автомашин.

— Говорят, тренерам будем платить по пятьсот долларов в месяц, а вам — две тысячи. Чтобы только не ходили на работу, — рассказал Воронин двум своим заместителям, Виктору Ивановичу Мельникову и Андрею Георгиевичу Зудину.

Воронин был уверен: если бы угроза закрытия стала реальной, оба его зама подняли бы на ноги всю Москву. У этого зала великая история — наши гимнасты завоевали столько медалей! Просто так никто сдаваться не собирается, — думал симпатичный здоровяк Зудин, после Воронина

ставший главным тренером «Динамо». Я буду отстреливаться. Я никого сюда не пущу!— думал Воронин.

здании клуба не было ничего, кроме огромного зала со снарядами и раздевалок. Все прочее, в том числе питание и отдых для спортсменов между тренировками, прежде организовывали где-то еще. А когда эти возможности растворились в рыночном море, Воронин решил построить, как он выразился, «свою гимнастическую подводную лодку с фабрикой для производства качественной гимнастической продукции». Вскоре после того, как МГФСО дал клубу надежную финансовую основу, Воронин прошел по широченному пустому балкону над залом и мелом провел черту:

— Здесь будут кабинеты. Там сделаем гостиницу. А там — сауну.

Кабинеты оборудовали на балконе, гостиницу на 18 мест и сауну построили, углубившись с балкона под трибуны футбольной площадки. Все делали своими силами. Четыре тренера, которые приобрели строительные навыки на своих дачах, взяли на себя основные работы.

На следующий год в этом же здании построили столовую. А еще годом позже на крыше сделали для детей летний лагерь: щитовые домики, искусственное зеленое покрытие и высокий забор.

 Кругом рынки, а у нас здесь прямо оазис! – радуется, приходя на работу, Воронин. Во всех помещениях царят безупречная опрятность, простота и элегантная стильность, как и в облике невысокого сухощавого президента клуба. А зал по оснащению считается одним из лучших в стране, если не в мире.

з этого клуба-школы, где сейчас занимается 350 детей, вышли чемпионы Олимпиад 1992, 1996, 2000 годов — Сергей Хорьков, Алексей Воропаев, Елена Замолодчикова. Воронин уверен, что на следующей Олимпиаде в Афинах этот список продолжит Анна Павлова.

В 1996 году, устроив в зале просмотр лучших юных гимнастов Московской области, Воронин сразу выделил девочку из города Орехово-Зуево. Немного поговорив с ней, он сказал ее маме и тренеру Наталье Евгеньевне: «Давайте настраиваться на золото в Афинах».

Два года дочка с мамой жили и тренировались в клубе. Воронин помогал им замечаниями и советами. Первое время даже проверял, как Аня учится в школе. «Злой,

страшный дядька идет смотреть твой дневник», — говорил он, глядя на малышку с улыбкой, освещавшей его несколько суховатое лицо светом доброты и нежности. А когда Аня на первенстве России 1998 года заняла четвертое место, она услышала от Воронина:

Давай договоримся, чтобы ниже третьего места больше не было.
 Потому что если ты не на пьедестале, то ты проиграл.

В 2002 году Аня сначала стала абсолютной чемпионкой России, победив даже двукратную олимпийскую чемпионку Светлану Хоркину, а затем – абсолютной чемпионкой Европы среди юниоров. Наталья Евгеньевна уже давно тренирует Аню на олимпийской спортивной базе под Москвой, но с Ворониным они общаются постоянно. Вернувшись из Греции, где проходил европейский чемпионат, они заехали к нему в клуб. Поздравив и расцеловав Аню, Воронин перешел к подробному разбору ее выступлений: что удалось, что не удалось и почему. До Олимпиады в Афинах еще можно многое успеть.

#### Бесценное богатство

Многообразие языков — уже не наказание, каковым оно было в легенде о Вавилонской башне. Это многообразие не только залог осуществления неотъемлемого права любого народа говорить на своем языке, оно — неисчерпаемый источник богатства для каждой страны и всех людей. Когда исчезает язык, умирает частица самого сокровенного и дорогого, что есть у человечества.

-мигель леон портилья, «Эквис», Мексика

## ТаМеще ОСТаЛСЯ РЕБЕНОК!»

Галвестон-Айленд, штат Техас, 23 февраля 2002 года

#### Анита Бартоломью

о дороге вдоль берега острова с бешеной скоростью мчится темнобордовый форд-«аэростар». Сидящий за рулем 26-летний Хосе Родригес ведет машину, как будто участвует в гонках. Впереди рядом с ним сидит его двоюродная сестра Розалинда, ей страшно. Двое ее детей жмутся на заднем сиденье к жене Родригеса Марии, которая оберегает их дочь, совсем еще малышку, лежащую в детском креслице.

Не обращая внимания на испуганных родственников, Родригес сворачивает на дорогу, заканчивающуюся тупиком. Пронесясь мимо пальм, растущих перед ухоженными домиками, он, не сбавляя скорости, мчит прямо в мутные воды залива Оффаттс-Байю. Здравомыслящий человек нажал бы на тормоза, чтобы не врезаться в груду валунов в самом конце дороге. Родригес ударяет по газам.

Он слепо подчиняется какому-то голосу, приказавшему ему направить свой микроавтобус в море. Выживут его двоюродная сестра и ее дети вместе с его собственной женой и ребенком или погибнут — все в руках Божьих, убеждает его голос.

Подгоняемые легким ветерком, по водной глади скользят десять неболь-

#### «Осталось еще двое! — кричат студенты

ших яхт под парусами с экипажем из двух человек в каждой. Студенты трех техасских колледжей готовятся к очередной гонке парусной регаты. Шкипер одной из них, Лаки Рид, выруливает на линию старта, когда откуда ни возьмись что-то огромное, вылетев с берега, с оглушительным грохотом обрушивается в воду.

Неподалеку маневрирует яхта Спенсера Огдена. Он уже сконцентрировался на предстоящей гонке, когда вдруг заметил микроавтобус, который с бешеным ревом преодолел груду валунов на берегу и взлетел в воздух прямо впереди по курсу. Затем машина вспарывает воду метрах в 25 от Огдена и начинает погружаться.

Кто-то кричит в сторону берега: «Позвоните 911!» Про регату моментально забывают, и яхты устремляются к месту происшествия.

— Иду на помощь! — кричит спортсменам с других яхт Джо Ричардсон, 19-летний студент из Галвестона. От его лодки до места аварии не больше 20 метров. Он ныряет в холодную воду. Кто там оказался в ловушке? Успеет ли он до них добраться?

В месте падения машины из воды показывается голова мужчины. Ричардсон хватает его и тащит к ближайшей яхте. Мужчина никак не реагирует, он не проявляет ни страха, ни благодарности, ни каких-то других эмоций. От этого всем становится не по себе.

— Там еще кто-нибудь есть? — пытается добиться от него ответа Ричардсон. Впечатление такое, будто тот ничего не понимает. «Otras personas?» — спрашивает один из студентов по-испански. Мужчина молчит. Сначала он ни на кого не реагирует и не отвечает на вопросы, которыми засыпают его участники тренировки.

Затем он начинает что-то бормотать. От одного-единственного слова всех присутствующих бросает в дрожь: niños. Дети.

Сколько бесценных секунд они потратили, пытаясь от него чего-то добиться!

Ричардсон, который окончил курсы спасателей, знает, что шансов остаться в живых у детей практически нет. Оттолкнувшись от яхты, он снова ныряет в холодные волны.

хтсмены и зрители, столпившиеся на берегу в ожидании регаты, включая Джерарда Коулмана, тренера из Галвестона, бросаются вплавь к месту аварии. Все забыли о гонке, о своем соперничестве и работают с четкостью слаженной команды пловцов, чтобы спасти людей.

Спенсер Огден первым добирается на своей яхте до места происшествия. Он обследует поверхность моря. Машины в мутной воде залива не видно. Затем он замечает пузырьки.

#### своим товарищам. — **Маленькие девочки».**

Нырнув, он плывет в этом направлении и обнаруживает автомобиль. Он цепляется ногой за открытое окно со стороны водителя и становится живым буйком, отмечающим место происшествия. Вода доходит ему до груди. «Я стою на крыше!» — кричит он Джо Ричардсону и другим яхтсменам. Кто-то протягивает Огдену очки для подводного плавания, и он скрывается под водой.

На глубине не больше метра он уже не может разглядеть собственную вытянутую вперед руку. Пробираясь на ощупь, он натыкается на сиденье рядом с открытым окном, за которое он уцепился ногой. Никого. Где же дети?

Воздух заканчивается, и Огден вынужден всплыть; сделав вдох поглубже, он снова ныряет. На этот раз он пробирается к переднему окну со стороны пассажира и пытается его разбить. На пассажирском месте кто-то есть. Женщина. Она пристегнута ремнем безопасности.

**Все** — на помощь. — Эта регата запомнится ребятам на всю жизнь. Три студенческие команды яхтсменов работали как одна, пытаясь спасти людей в затонувшем автомобиле.



#### «О господи!» — раздается вздох. Ребенок

Он хватает ее и тянет изо всех сил к себе, но она не поддается.

Быстро всплыв на поверхность, Огден чувствует, как из раны на запястье хлещет кровь. Он порезался о разбитое стекло. Понимая, что не в состоянии нырять дальше, он передает очки Лаки Риду.

Рид погружается в воду, пытаясь нащупать корпус автомобиля.

Команда спасателей просит: «Нам нужно что-нибудь, чем разбить окна». Несколько человек выбираются на берег за камнями. Взяв камень побольше, студент из Галвестона выбивает переднее окно со стороны пассажира.

Риду требуется несколько секунд на то, чтобы забраться внутрь автомобиля и высвободить находящуюся без сознания женщину. На поверхности Джо Ричардсон и еще двое ребят выносят ее на берег и начинают делать ей искусственное дыхание.

Рид ныряет снова — чтобы продолжать поиски на ощупь. Ближе к потолку автомобиля его рука натыкается на что-то. Это маленький мальчик. Перехватив ребенка, Рид выталкивает его к тем, кто остался наверху. Бережно придерживая мальчика, они плывут к берегу.

Общими усилиями другим спасателям удается высвободить с заднего сиденья вторую женщину. Они поднимают ее на поверхность. Лицо у нее уже посинело, пульс не прощу-

пывается. «Только дыши, — заклинает один из студентов, пока они выносят ее на берег. — Все будет хорошо, только дыши». Но молодая латиноамериканка не реагирует.

На пристани Джо Ричардсон делает ей искусственное дыхание.

Чуть поодаль студенты расспрашивают о случившемся сидящего совершенно безучастно водителя: «Сколько вас было в машине? Кто? Какого возраста?» Постепенно из него удается вытянуть кое-какие сведения. «Осталось еще двое!» — кричат студенты своим товарищам, оставшимся в воде. Девочка Линда, шесть лет. И малышка Бренда.

На этот раз в черную толщу воды опускается тренер Коулман и на ощупь исследует салон автомобиля, пока не обнаруживает шестилетнюю девочку. Он поднимает ее на поверхность, придерживая голову над водой. Осторожно вытерев пену, он прижимается губами к ее губам, пытаясь вдохнуть в ребенка жизнь. Безрезультатно. «Давайте ее сюда!» — кричит кто-то с берега.

Теперь осталась только малышка Бренда.

который раз ныряет Лаки Рид. Он вглядывается внутрь автомобиля через задние окна, но безрезультатно.

Вынырнув на поверхность, он кричит, чтобы кто-нибудь выбил последнее окно. Один из студентов

#### похож на обмякшую, посиневшую куклу.

погружается с маленьким якорем, размахивается им как дубиной, и стекло разлетается вдребезги.

Рид ныряет. Он старается не думать о том, сколько времени прошло с того момента, как автомобиль затонул. Минут семь? Восемь? А может быть, больше? Каковы шансы найти ребенка живым?

Протиснувшись через разбитое окно, Рид что-то нашупывает. Материя. Мимо него проплывает рубашка. Оттолкнув ее в сторону, он натыкается рукой на детское креслице — малышка так и осталась пристегнутой. Ну теперь она уже никуда не денется. Пошарив руками вокруг, он нашупывает ремень безопасности, который удерживает ее как в ловушке. Где же у него пряжка? Ему никак не удается ее найти. В легких у него начинается жжение. О Господи, талько не дай мие всплыть одному. Но у него нет выбора.

— Мне срочно нужен нож! — отфыркиваясь, выкрикивает Рид. Ктото передает ему нож, он делает самый глубокий вдох, на какой только способен, и снова ныряет.

Забравшись в машину, Рид понимает, что нож бесполезен, он тупой, и такой прочный нейлон им не перережешь. Придется искать пряжку. Наконец он нащупывает металлическую защелку. Едва он успевает расстегнуть ее, как креслице резко всплывает вверх. Рид тянет его обратно, пытаясь вытащить через окно. Креслице застревает между

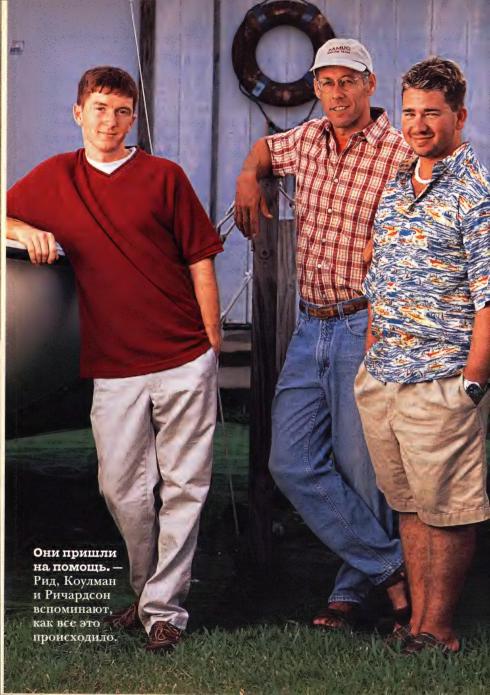
алюминиевыми стойками разбитого окна.

Стремясь во что бы то ни стало спасти ребенка, Рид не чувствует, как у него в легких накапливается углекислый газ. А секунды так и летят. Он не имеет права всплыть один. Если развернуть креслице так, чтобы ребенок прошел через развороченное окно головой вперед, торчащие из рамы осколки стекла могут серьезно поранить его. Но каждая потерянная секунда отнимает у девочки шансы вообще остаться в живых. Чувствуя, что легкие у него вот-вот лопнут, Рид резко разворачивает креслице на 180 градусов. И дергает на себя.

ругие спасатели ждут его наверху. Проходит целая минута. Полторы. Рида не видно. Его товарищи начинают волноваться. Они-то знают, как легко потерять ориентацию в темной воде залива. «Ждем еще пять секунд, — решают они, — и отправляемся за ним».

В этот момент из воды выныривает задом наперед детское креслице. Вылавливая его, двое студентов и тренер Коулман сначала даже толком не понимают, что это такое. Потом они замечают пухленькую черноволосую малышку.

О господи, – вырывается у одного из студентов. Ребенок похож на обмякшую, посиневшую куклу.



ем временем прибывают команды спасателей. Кареты «скорой помощи» спешно увозят пострадавших в больницу. Водителя с помутившимся рассудком берет под стражу полиция. Он продолжает что-то бубнить по-испански про исполнение Божьей воли.

Спасатель бережно передает последнюю из пострадавших, малышку Бренду, на руки женщине-парамедику. Она сама мать пятимесячного мальчика и еле сдерживает слезы, не обнаружив у ребенка признаков жизни. Она подключает девочку к системе жизнеобеспечения в машине «скорой помощи», и ее напарник жмет на газ. «Держись, малышка, — умоляет она. — Пожалуйста, не умирай».

В больнице бригада врачей-реаниматоров пытается вернуть маленькую Бренду к жизни. Но в конце концов они сдаются и констатируют смерть. Ее кладут в педиатрический инкубатор, а бригада врачей моментально переключается на спасение шестилетней Линлы.

Приложив немало усилий, врачам удается стабилизировать состояние девочки. В другой палате находится ее брат, и он тоже держится молодцом. Только малышку Бренду не удается спасти.

Решив попрощаться с Брендой, парамедик «скорой помощи» подходит к инкубатору. Откинув одеяльце, она наклоняется, чтобы поцеловать ее. Взгляд задерживается на дыхательной трубке. Там внутри влага. Конденсат образуется в трубке при выдыхании воздуха. Так? Трубка снова мутнеет. А потом ребенок начинает шевелить ручками.

Доктор, ребята, идите сюда! – кричит парамедик. – Она жива!

В полицейском участке Хосе Родригесу предъявляют обвинение в покушении на убийство и направляют на психиатрическое освидетельствование. Он в который раз повторяет историю о том, как он услышал голос, сказавший ему, что жизнь его родных в руках Божьих.

Возможно, так оно и было — когда участники парусной регаты отвоевали их у смерти.

#### КАК БЕЖИТ ВРЕМЯ!

Мужчина с нетерпением стучит в стекло телефона-автомата. Вмешивается другой желающий:

- Как вам не стыдно! Дайте же пожилой женщине поговорить спокойно...
- Пожилой женщине? Да когда она вошла в кабину, ей не было еще и двадцати!

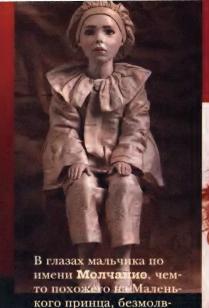


## Добрая ФЕЯ КУКОЛ

Наталья Кириченко



Каждая кукла Баевой сродни изысканной поэзии. Это безмолвный театр, маленький мир, язык которого понятен всем.



**Лора** — это образ-гротеск, сочетающий в себе броскую, вызывающую красоту с изысканной величественностью.



кой. Скорее это материализованные грезы, восхитительные застывшие миражи.

ное страдание и мудрая покорность. Татьяна создала эту куклу, когда

умерла ее мама.

Дома у Татьяны, в комнатке за аркой, — волшебный мир, где рождаются чудеса. Здесь горы коробок с пестрыми крышками, букеты кистей в причудливых вазах, краски в тюбиках и баночках, незавершенная белая фигурка на столе.

Рассказывая о своих работах, Татьяна, женщина с тихим голосом и застенчивой улыбкой, оживляется, карие глаза вспыхивают угольками. На столике — россыпь фотографий. Это единственное, что у нее остается, когда куклы обретают новых

владельцев. Сейчас к расставаниям с куклами она относится с философским спокойствием, полагая, что так даже лучше: ведь чем больше автор смотрит на свои произведения, тем больше недостатков в них находит. А много лет назад, когда художница впервые представила свои работы на продажу в одной из московских галерей, ночь накануне вернисажа она провела в тревожных мыслях о предстоящей разлуке со своими любимцами и, едва дождавшись утра, забрала их обратно. Хотя коллекционеры очень трепетно относятся к куклам Баевой,





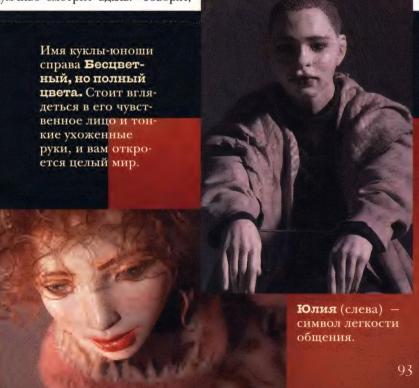
чувствуют исходящую от них добрую энергию, даже разговаривают с ними. Для Татьяны это очень важно.

Интересно, что куклы Баевой удивительно устойчивы и сохраняют равновесие даже без специальных подставок, хотя художница заранее не просчитывает положение центра тяжести и точки опоры, а лишь заботится о достоверности и выразительности позы.

Мне хочется выведать у милой кудесницы хоть самую малость ее секретов. Почему вдруг появляется желание сделать именно такую куклу? Татьяна пожимает плечами, задумчиво смотрит вдаль: «Говорят,

что в цирке и театре время останавливается. Мне кажется, что момент творчества — это тоже остановка времени, погружение в иную реальность. Я очень люблю состояние, когда снисходит некое творческое прозрение и расплывчатые ощущения обретают конкретные формы».

Художница признается, что не умеет жить по четкому распорядку и для работы ей нужно вдохновение: вдруг возникает непреодолимое желание приняться за дело, а в руках появляется легкость.



Однако Татьяна не считает себя божьей избранницей, а свое творчество — миссионерством. Родилась на Камчатке, выросла в Москве, жила в типовой измайловской пятиэтажке. Однажды пришла в районный Дом пионеров, увидела список кружков и решила в какой-нибудь записаться. Выбрать было нелегко, потому что девочка одинаково любила рисовать, петь, танцевать и декламировать стихи. Заглянув в ближайшую дверь, она увидела ребят, сидящих за мольбертами, — это и определило ее выбор.

В изостудии восьмиклассница Таня оказалась по возрасту самой старшей, и случайно зашедший на занятия известный художник порекомендовал ей продолжить обучение в Московском художественном училище памяти 1905 года. Вспоминая те дни, Татьяна говорит, что если бы заранее узнала о том, что в училище невероятный конкурс и многие абитуриенты год за годом безуспешно сдают экзамены, то, возможно, ее жизнь могла бы сложиться иначе. Но Татьяне удалось поступить сразу, и четыре года спустя она получила диплом художникареставратора.

Мак (внизу) — восточная девушка-дурман, грациозная, задумчивая и немного грустная, ее аура легка и опьяняюща.





Миа, обессилев, опустилась на землю. Она понимает, что в мирской суете не больше смысла, чем в жонглировании шариками.





**Она** — это просто женщина без имени, собирательный образ. Медноволосая феминазагадка с открытостью в лице и недоступностью в позе.



Взгляд **Пастораль**, которая скоро станет матерью, полон покоя и безмятежного ожидания.

На первой в своей жизни международной выставке она экспонировала не кукол, а декоративные текстильные панно, так называемые квилты. Кукол же художница вначале мастерила для своих детей и только потом поняла, что они наравне с другими произведениями искусства, вазами, картинами вполне могут служить украшением пространства и частью интерьера.

Во время перестройки крайне популярной была народная тематика, и Татьяна решила заняться изготовлением забавных персонажей из русской деревенской жизни. Любопытная история произошла на международной конференции в Чикаго, где специалисты высоко оценили ее работы, но в адрес одной из них было высказано замечание: обувь у куклы *Vasia* не принимает форму ноги. Татьяне пришлось терпеливо объяснять американцам, что такое русские валенки.

Расписывая личико куклы, Татьяна тщательно ловит момент, когда образ оживает; художница пытается остановить прекрасное мгновение. Недавно она вдруг вспомнила, как много лет назад в первом школьном сочинении написала, что хочет работать на кукольной фабрике, разрисовывать куклам лица, одним росчерком кисти придавать им разные выражения.

В трудные минуты жизни художницу исцеляет творчество: пусть на душе кошки скребут, все равно кукла может выйти отчаянно веселой, будто сама хочет тебя подбодрить. Но чаще лица кукол печальны, и печаль эта — от мудрости.

Сегодня уникальное мастерство Баевой, поражающее лаконизмом и точностью выразительных средств, безоговорочно признано всеми: и специалистами, и простыми зрителями. А в начале 80-х Татьяну не приняли в Союз художников СССР, потому что для этого был нужен в первую очередь не талант, а диплом о высшем образовании. Зато на Западе ее признали сразу. В 1992 году художница отважилась представить несколько кукол на фестивале в Германии и, к своему удивлению, заняла второе место. С тех пор ее работам неизменно сопутствует международный успех.

В творческих поисках художница постоянно осваивает новые техники и материалы. Сейчас она создает фигурки из белого эфапласта, которые затем раскрашивает и декорирует. На сегодняшний день Татьяна Баева — автор около ста работ, мно-

гие из которых объединены в серии: «Цветы», «Города», «Дети», «Музыканты».

В 1999 году Татьяна была избрана членом престижнейшей междуна-



родной организации *NIADA*, объединяющей 80 лучших художниковкукольников планеты, из которых лишь несколько — не американцы.

День за днем, укрывшись в комнатке за аркой, Татьяна творит маленькое волшебство. А над добрыми феями даже время не властно. Ее сыну 26, а дочери 23, но в это никак не верится.

# octopoxkho, cofalka

Чаще всего именно дети оказываются объектами нападения собак. Почему так происходит? Как максимально обезопасить ребенка?





РАГЕДИЯ разыгралась во дворе московской школы № 881. Два полуторагодовалых питбультерьера в диком азарте гонялись за детьми, перепуганные ребятишки кричали, стараясь спастись. Четверых школьников питы сильно покуса-



от трех до 14 лет, причем, как правило, от своих собственных питомцев или от животных соседей, причем при самых неожиданных для детей обстоя-

тельствах.

 Наша статистика показывает, что за последние пять-шесть лет количество жертв нападений составляет восемьсот пятьдесят - девятьсот обращений в год, - гово-Людмила рит Николаевна Ясеницкая, врачтравматолог из больницы № 20 города Москвы. У маленьких детей чаше все-

го страдают голова, лицо, шея, ноги и руки. Даже незначительные повреждения, как правило, плохо заживают. После операций у детей остаются грубые рубцы.

Ветеринарный врач с 14-летним стажем Анатолий Гораш подчеркивает, что хотя сегодня жители больших городов предпочитают заводить собак средних или декоративных пород, но для охраны домов и дачных участков приобретаются собаки крупных пород, именно они оказываются наиболее опасными.

школьному забору, а сама пошла за дочкой и надолго задержалась. Ребячья беготня и школьные звонки возбудили собак, и они сорвались с поводка.

Точное количество нападений собак на людей установить практически невозможно. Не каждый пострадавший станет обращаться за помощью в медицинское учреждение, статистика оказывается неполной. По мнению детских врачей-травматологов, ветеринаров и экспертовкинологов, агрессию животных чаще всего испытывают на себе дети

Почему животные чаще нападают на детей? Ребенок, испугавшись, начинает кричать, плакать, пытается убежать, размахивает руками, чем провоцирует животное на агрессию. Собака чует выделяемый в состоянии страха адреналин, и это подстегивает ее инстинкты. Ребенок превращается в объект добычи или преследования.

RAM OTOTR 2002 года четырехлетний Нияз Носинов гулял с мамой во дворе своего дома на Донской улице в Москве. Их соседка Зинаида вывела свою южнорусскую овчарку. В тот момент, когда собака, привязанная к скамейке, осталась без хозяйки. Нияза позвал приятель. Мальчик, с опаской поглядывая на собаку, сделал крюк, чтобы ее обойти, и тут собака вдруг рванулась вперед, сорвалась с привязи и набросилась на малыша.

Ниязу наложили по пятьшесть швов размером до пяти сантиметров на каждое бедро и один большой, 12 сантиметров, под правой коленкой. Раны были очень глубокими, ребенку еще месяц после выписки не разрешали ходить. После нападения мальчик долго ни с кем не разговаривал, стал сильно заикаться. Он несколько месяцев не мог спать по ночам, кричал, вздрагивал.

В детской больнице № 20

Потенциально агрессивные собаки (питбули, ротвейлеры, доберманы, овчарки) могут представлять собой бомбу замедленного действия, особенно если их оставить с детьми без присмотра.

Восьмилетний Коля Поликарпов, как всегда, играл со своей среднеазиатской овчаркой. Когда мальчик убегал от нее, собака догоняла. Но однажды она вдруг сильно схватила Колю за руку, прокусив куртку. Колю доставили в больницу, врачи наложили несколько швов.

Родители Коли вовремя не обратили внимания на развитие агрессии у щенка и не научили животное правильно играть. Когда впервые овчарка прихватила Колю, ее никто не отругал.

Зачастую первые укусы владельцами не пресекаются или это делается неправильно. Взрос-

 Не оставляйте детей с собаками без присмотра.
 Не разрешайте подходить к незнакомой собаке, гладить ее, обнимать.

лые увещевают собаку: «Ну что ты? Зачем кусаешь Машеньку?..» Ласковая интонация расценивается питомцем как похвала, он продолжает нападать, отстаивая свое превосходство.

Взрослые и дети порой забывают о том, что если собака настроена дружелюбно по отношению к своим хозяевам, то это вовсе не гарантирует безопасность окружающим. Правило номер один для родителей: никогда не оставляйте маленьких детей и младенцев с собаками без присмотра.

Никогда не разрешайте детям отнимать что—ни— будь у собаки, играть с ней в агрессивные игры или дразнить.
 Не позволяйте детям кормить чужих собак.

Шестилетний Миша Иванов\* стоял во дворе детского сада с мамой. К ним подошли девочка из его группы вместе с папой и их дворняжкой Тишкой. Увлеченные разговором взрослые выпустили из поля зрения детей и собаку. Мальчик наклонился к Тишке, чтобы погладить. Реакция собаки была мгновенной: она укусила мальчика за губу. «Скорая» увезла Мишу в больницу, медики наложили швы. Что произошло?

— Собака может быть научена охранять хозяина и отреагировать на ребенка как на чужого, — объясняет Виктория Резник, кинолог с 15-лет-

ним стажем из Волгограда. — На угрозу животное отвечает нападением, то есть укусом.

— Собаки очень часто предупреждают, что им что-то не нравится, что они готовы проявить характер, — говорит Анжела Максакова, дрес-

сировщица собак с десятилетним стажем из Самары. — Например, если дети взяли с собой на прогулку собаку, она может принимать участие в их играх. Но если ребята начинают толкаться, кидаться снежками и собаке покажется, что обижают члена ее «стаи», она может броситься его защищать. Но сделает это не сразу, сначала подаст голос, потом оскалится. Детей надо предупредить, что на эти сигна-

лы надо обращать внимание: перестать шуметь и делать резкие движения, — и тогда собака не причинит им вреда.

Нужно всегда помнить, что собака — друг, но друг прежде всего своего хозяина.

БЩЕИЗВЕСТНО, ЧТО ПОДАВляющее большинство собак просто так никогда не нападают, — продолжает Дмитрий Марушкин, эксперт по рабочим качествам собак Российской кинологической федерации. — Почти все укусы можно предупредить. Редко встречаются животные, которые кусают в целях получения удовольствия.

<sup>\*</sup>Имя изменено.

#### Осторожно, злая собака!

Закон предусматривает уголовную и административную ответственность хозяев за агрессивное поведение их питомцев, а также за жестокое обращение с животными,

за издевательство нал ними.

С 1 июля 2002 года введен новый кодекс РФ «Об административных правонарушениях». Участковый милиционер устанавливает факт происшествия, налагает штрафные санкции за правонарушение.

Однако практике хозяева в лучшем случае отделываются штрафами, а постра-

давшие дети, получившие помимо физической колоссальную психическую травму, эмоциональный шок, как правило, всю жизнь восстанавливают свое здоровье.

 Участковый сказал, — рассказывает со слезами на глазах мама Нияза Носинова, пострадавшего от южнорусской овчарки, - что ничего не может сделать, собаку же не посадишь в тюрьму. Зинаида попрежнему выгуливает свою собаку на детской площадке. Мой сынишка все время трогает эти страшные келоидные рубцы на ножках и спраши-

вает, когда же они исчезнут. Я не против собак, но животное нужно обязательно воспитывать, не гулять

с ним без поводка и намордника.

Многих проблем в общении с собаками удалось бы избежать, если бы люди, и особенно хозяева животных, больше знали об их повадках. «У нас просто нет такого понятия, как кинологическая культура, - считает Марушкин. – Человек, хорошо знающий свою собаку, никогда не отпустит ее с поводка там, где играют дети. Задача хозяина любого животного - знать своего питомца, понимать его, уметь предвидеть с высокой степенью вероятности его поведение в различных ситуациях. Чем

#### Это нужно запомнить!

Миска с едой — это святое. «Ни в коем случае не подходите к собаке, когда она ест, — предостерегает Эльвира Сандакова, председатель клуба "Верный друг" из Нижнего Новгорода. В это время не надо ничего добавлять ей в миску или поправлять ее, не следует даже просто ходить возле собаки. Еду — "добычу" — собака будет защищать. Поэтому в момент кормления она может укусить даже хозяина. Это правило распространяется и на домашних, и на бездомных собак».

Позвольте собаке выполнять свой долг. Если собака возбуждена, например когда к вам в дом пришел гость, не нужно пытаться сразу убрать животное из прихожей. Собака охраняет свою территорию, и ее лай — это сигнал, что в дом пришел чужой. Дайте собаке понять, что она хорошо выполнила свою работу, и лишь после этого отошлите ее на место.

Всему свое время. Очень часто собаки не любят маленьких детей. «Причин тому много, — объясняет Наталья Соломатина, эксперт-кинолог из Самары. — Когда-то ребенок нанес собаке травму, и она это запомнила. Дети очень подвижны, а собаки могут усмотреть в их движениях угрозу. В семье собака всегда стремится поставить себя как можно выше на иерархической лестнице, это может быть причиной агрессивности. Поэтому мы советуем брать собаку, когда детям исполнится семь-восемь лет, а если хозяином собаки хочет стать сам ребенок, его возраст должен быть 12–13 лет».

Если собака все-таки напала. Ни в коем случае нельзя бежать, макать руками, кричать, хотя от детей этого практически невозможно добиться. Если ребенок упал, споткнулся или его свалила с ног собака, то он должен постараться закрыть лицо руками, прижаться плотнее к земле и ждать помощи от взрослых. Когда собака поймет, что никакой опасности для нее нет, она успокоится. В этот момент, если помощь не пришла, нужно попытаться осторожно встать на ноги, не делая резких движений, и спокойным шагом отойти в укрытие.

опаснее животное, тем более подготовленным должен быть хозяин».

В мире широко распространены тесты, позволяющие в семинедельном возрасте по реакции собаки определять ее склонности и выявлять агрессивных животных. Российские кинологи начинают использовать эти тесты, хотя нашим кинологическим клубам, функционирующим зачастую разрозненно, предстоит систематизировать накопленный опыт. С трехмесячного возраста

щенка надо приобщать к занятиям, в его дрессировке должен участвовать специалист. А в школах детям необходимо объяснять правила поведения с животными.

Любое нападение собаки долго не забывается, особенно детьми. Даже когда следы от укусов внешне перестают напоминать о себе, эмоциональная, душевная травма так до конца и не исчезает. Боязнь собак порой сохраняется на всю жизнь.

# Такие разные ОБЫЧАИ



Вы думаете, что ведете себя вполне пристойно и вежливо, но где-то ваше поведение может показаться оскорбительным. Вот несколько советов, которые помогут вам не допустить неловкости в чужой стране.

В театральных училищах студентов просят припомнить самую неловкую ситуацию, в которой им довелось оказаться. Спустя несколько секунд лица начинающих актеров заливаются краской. Чувство стыда — это эмоция, скрыть которую трудно. «Если человек краснеет, — утверждает профессор Йенс Азендорф из берлинского Университета имени Гумбольдта, — значит, он испытывает эмоции на уровне подсознания, которые невозможно контролировать».

Но чем обусловлена столь ярко выраженная реакция на, казалось бы, совсем незначительный проступок? Дело в том, что в глубине души мы все еще следуем давно укоренившимся правилам поведения. В древние времена несоблюдение этих правил могло повлечь за собой ужасные последствия. По словам Азендорфа: «В наказание человека могли даже исключить из общества. К этому часто прибегали древние греки. Причем речь шла не только

о понижении социального статуса провинившегося. Возникала весьма реальная угроза его жизни и здоровью». Эти античные правила до сих пор действуют в мире бизнеса. Достаточно одного неверного слова или непродуманного жеста, и сделка может рухнуть.

Глобализация, помимо опасности, влечет за собой целый ряд новых проблем. В привычной обстановке вас могут считать образцом идеального поведения. Однако после каких-то восьми часов перелета вы рискуете сесть в лужу, даже не успев сойти с трапа самолета. Оказавшись за границей, нет никакого смысла пытаться подстроиться под незнакомое окружение - за несколько дней вы все равно не успеете превратиться в местного жителя. Да никто от вас этого и не ждет. Самое главное – продемонстрировать уважение к местным обычаям.

Нет ничего более неловкого, чем неправильно выбранная одежда. Набросив на плечи кимоно, вы не превратитесь в японца.

А если вас все-таки обуревает страсть к переодеванию в национальные наряды, представьте себе сына Страны восходящего солнца, щеголяющего по улицам Лондона в шотландской юбке. В то же время деловая форма одежды достаточно интерна-



циональна, поэтому здесь ошибки быть не может. Если все же возникнут сомнения, лучше надеть на себя больше, чем меньше, особенно в мусульманских странах, где оголенные ноги — табу даже для мужчин, не говоря уже о женщинах, так что о шортах придется забыть.

**Португалия.** Португальцы — страстные любители футбола. Если вы слышали что-нибудь об Эйсебио, Фигу или Руи Кошта, вы мгновенно завоюете их сердца. А за ужином можете набрать дополнительные очки в свою пользу, похвалив средиземноморскую кухню. Только не расслабляйтесь за рулем автомобиля. Движение на португальских дорогах — это одна большая движущаяся смертельная ловушка.

Испания. Сиеста — это святое. Поэтому не вздумайте назначить официальную встречу между 14.00 и 16.00. Если вас пригласили на ужин, приходите не раньше 22.00. Оказавшись в гостях, имейте в виду, что вы можете испортить хозяину настроение, углубившись в обсуждение плюсов и минусов боя быков. Вместо этого лучше вспомните о том, что после английского испанский — самый распространенный в мире язык.

**Франция.** Если длинный французский батон вам подали ненарезанным, ломайте его руками. Хозяйка дома предполагает, что гости явятся с цветами, шампанским или шо-



коладными конфетами. Приветственные поцелуи «в щечку» уже проникли в другие страны континентальной Европы, однако эта некогда зародившаяся среди простого люда форма приветствия теперь уже практически не предполагает реального контакта между щекой и губами.

Великобритания. Помните, если вы говорите «англичане», то тем самым исключаете жителей Уэльса, Шотландии и Северной Ирландии. Уэльс, Шотландия и Северная Ирландия обладают ярко выраженными культурными отличиями. Населению Великобритании до сих пор не чуждо классовое самосознание. Представители пролетариата, среднего и высшего классов говорят поразному, ходят в разные школы и живут в разных районах. Главный жизненный принцип – соблюдать дистанцию - нарушается, только когда вы терпеливо стоите в очереди, и упаси вас бог попытаться «пролезть без очереди»!

**Норвегия.** Хвалите природные красоты страны или, скорее, то,

как норвежцам удалось их сохранить. Жители севера Европы обожают свои лодки и дачи. Значительно меньше им, как и большинству жителей скандинавских стран, нравятся критические рассуждения на тему алкоголя. Большинство норвежцев любят выпить, хотя изредка встречаются и убежденные трезвенники. В любом случае алкоголь здесь дорог. Прежде чем принести бутылку в подарок, поинтересуйтесь, что предпочитает ваш хозяин.

Германия. Считается, что немцы люди усердные, надежные, пунктуальные и без чувства юмора. Лучше не попадать в плен этих предрассудков: с чувством юмора у большинства немцев все в полном порядке. Тему Третьего рейха можно обсуждать свободно. Желательно не забывать про пунктуальность. 15 минут опоздания вам могут простить, но про того, кто заставляет ждать себя



дольше, говорят, что он ворует чужое время. Очень важная субботняя процедура для немцев, причем не обязательно мужчин, — уход за своим любимым автомобилем.

**Дания.** Датчане не любят, когда им напоминают, что они жители самой маленькой скандинавской страны. В конце концов, именно они покорили Гренландию. Они любят юмор, хотя, возможно, это не совсем то, к чему вы привыкли. Еще одна важная деталь: в июле и августе предполагается наслаждаться прелестями летнего сезона, поэтому в этот период лучше деловых встреч не назначать.

финляндия. Будьте начеку! Вероятно, хозяин пригласит вас попариться с ним в собственной сауне. Это признак уважения. Так что либо подготовьте заранее достойное оправдание, либо покоритесь судьбе. Курить не возбраняется, но обычно только вне дома.

Швеция. Шведы — народ гордый, впрочем, у них есть для этого основания. Жизненный уровень высок, социальная политика является примером для остальных стран Европы. Несмотря на свою открытость и гостеприимство, шведы любят, чтобы все происходило строго в соответствии с установленным порядком. Если вы приглашены на официальный прием или деловую встречу, потрудитесь не опаздывать и не вылеляться.

Швейцария. В стране четыре официальных языка: немецкий, французский, итальянский и ретороманский. Члены этих языковых групп придерживаются различных традиций, большинство из которых такие же, как и в соответствующих соседних государствах. Страна же в целом тем не менее подчеркивает свою самобытность, и это никогда не стоит ставить под сомнение. Такие темы, как вступление Швейцарии в Европейский союз или роль страны во Второй мировой войне, больше не являются запретными.

Италия. Различия между севером и югом не сводятся только к отличию в экономическом благосостоянии. Невольная неловкость, которая в Венеции повлечет за собой лишь удивленно вскинутые брови ваших собеседников, в Сицилии может послужить причиной серьезных неприятностей. Две темы являются священными: католическая церковь (со всей своей атрибутикой) и семья. Не заглатывайте пищу за обеденным столом. Это обидит хозяев, и вам трудно будет добиться их расположения. Не лишайте себя удовольствия насладиться прекрасным вином, но щедро разбавляйте его минеральной водой, следуя итальянским обычаям. Напиваться не рекомендуется.

**Турция.** В Стамбуле Европа вплотную соприкасается с Азией. Согласно конституции религия отделена от государства. Твердо подчеркива-



ется равенство полов, и с 1923 года женщины имеют право голосовать наравне с мужчинами. Турция — страна гостеприимная, поэтому не удивляйтесь, когда, едва успев познакомиться, вас начнут спрашивать о семье. Если вас пригласят на обед, попробуйте все блюда. Когда кто-нибудь выходит из-за стола во время трапезы, все остальные прекращают есть, пока он (или она) не вернется.

Торговаться можно на базарах и в лавках уличных торговцев, не пытайтесь заниматься этим в супермаркетах, универмагах или в продовольственных магазинах. *Мерхаба*—обычное турецкое приветствие.

**Греция.** «Настоящие» греки никогда не подпишут контракт во вторник 13-го числа, не говоря уже о том, чтобы сдать вам в этот день свою виллу. Во вторник пала Византийская империя. Этот факт показывает, что греки до сих пор не забывают о своей некогда великой цивилизации, хотя и не любят, когда между ними и их древними предка-



ми ставят знак равенства. Одна из тем, которых следует избегать, касается непрекращающегося подспудного конфликта с соседней Турцией. И не вздумайте протянуть комунибудь ладонь с растопыренными пальцами — это жестокое оскорбление. Вас может смутить, что греки кивают головой, когда хотят сказать «да», и вскидывают ее вверх, когда хотят сказать «нет». Легкий способ расположить к себе: в понедельник пожелайте счастливой недели, а в начале месяца — удачного месяца.

#### Страны Арабского Востока.

Здесь прошлое преобладает над настоящим. Бедуинские традиции наряду с исламом наложили печать на все формы общественной жизни. Детали могут различаться в зависимости от страны. Тунису присущ космополитизм, в то время как Саудовская Аравия куда более консервативна. Традиционные ценности бедуинской культуры почитаются беспрекословно: каждый незнако-

мец считается гостем и ему оказывают соответствующие почести. Порой это переходит все мыслимые рамки. Если вам в качестве подарка предлагают драгоценности или дочерей хозяина, отнеситесь к этому как к выражению почтения к собственной персоне и вежливо откажитесь. Одеваться следует всегда пристойно, вне зависимости от обстоятельств. Несмотря на жару, закутайтесь с ног до головы в изящные, легкие ткани. Полуобнаженные женшины мгновенно ассоциируются с проститутками. В общем, считается, что женщины принадлежат своим мужьям и семьям, поэтому мужчинам-путешественникам не следует заглядывать в глаза покрытым чадрой дамам, и упаси вас бог попытаться их сфотографировать! Проявление ласк на людях категорически запрещено, наравне с употреблением свинины и алкоголя. Левая рука считается нечистой и потому традиционно используется для совершения актов физической гигиены. Левшам необходимо об этом помнить.

**Израиль.** Республика Израиль существует с 1948 года. В ежедневных сводках теленовостей мы видим только незначительную ее часть. Большинство израильтян настроены прозападно и отличаются легким нравом, бьющей через край энергией и общительностью. Ортодоксальные иудеи, представляющие собой меньшинство, изо всех сил пытаются навязать стране жест-

кую систему религиозных законов. Важно запомнить следующее: Шаббат начинается с заходом солнца в пятницу и продолжается до захода солнца в субботу. В это время общественный транспорт не работает (исключение составляет Хайфа). Евреи едят кошерную пищу, никакой свинины и ракообразных, мясные и молочные продукты отдельно друг от друга. Чтобы войти в синагогу, необходимо надеть какой-нибудь головной убор. Женщинам достаточно платка, мужчины же надевают кипу, маленькую круглую шапочку, которую обычно можно раздобыть у входа.

**Индия.** В Индии существует жесткая кастовая система. Сами индусы прекрасно разбираются во всех ее тонкостях и не любят, когда им начинают задавать вопросы на эту тему. Прежде чем войти в чей-то дом или в храм, не забудьте снять ботинки. Укладываясь спать, позаботьтесь, чтобы ваши ноги не бы-

ли направлены в сторону картин или скульптур, изображающих божества. Нежничать на публике не принято. Большинство индусов скептически относятся к алкоголю, поэтому даже самое лучшее вино для подарка не подходит.

**Таиланд.** Здесь полагают, что добрые духи обитают на пороге дома, поэтому не вздумайте ступить на порог ногой. Кроме того, нельзя наступать ногой на банкноту. На ней изображен король, и попрание его лика считается серьезным поводом для обвинения вас в оскорблении монарха. Никогда и никому не демонстрируйте подметки своих ботинок. Ступни считаются самыми низменными частями тела, и указать ступней на кого-то — значит нанести оскорбление.

**Китай.** Китай пережил падение империи и революцию. Жители больших городов отличаются широтой взглядов и придерживаются западной манеры поведения. Однако в сельской местности один неверный шаг может буквально стать искрой, из которой возгорится пламя. Если ваша поездка носит деловой характер, никогда не забывайте визитные карточки. Доставайте ее торжественно и вручайте своему визави как можно более церемонно.



Если вы получили карточку в ответ, не спешите небрежно засунуть ее в карман, аккуратно вложите ее в бумажник, всем своим видом показывая, насколько вы тронуты оказанной вам честью. Худшее, что вы можете совершить, — это воткнуть палочки для еды в тарелку с рисом. Этот жест восходит к священным обрядам и равносилен акту богохульства.

Япония. У японцев существует несколько десятков видов поклонов. Обычно основную роль играет угол наклона, 45 градусов чаще всего считаются нормой. Иностранцев часто приветствуют рукопожатием. В Японии пол служит не только для того, чтобы по нему ходить. На полу сидят, на полу и спят. Поэтому, прежде чем войти в дом, не забудьте снять обувь. Когда кто-нибудь чихнет, японцы вежливо не заметят этого и сделают вид, будто ничего не случилось. В конце концов, люди чихают непроизвольно. Японская культура основана на уважении к старшим. Президенты компаний это обычно люди, убеленные седи-



ной, и во время заседаний могут позволить себе вздремнуть, не опасаясь косых взглядов. Это воспринимается как знак особого доверия по отношению к сотрудникам.

Мексика. В Мексике почитают церковь и социальную иерархию. Поэтому гостям надлежит вести себя соответственно. Что касается знаменитых сортов мексиканского пива, помните, что лайм подается с пивом в гигиенических целях, а не для того, чтобы выжать его. Им протирают горлышко бутылки, что уберегает любителей пива от «мести Монтесумы», или попросту поноса.

**Бразилия.** Бразильцы любят яркие цвета и свободу. С 2000 года на пляжах Рио женщинам разрешено загорать обнаженными до пояса. Помимо этого стоит обратить внимание на ритуал приветствия. Обычно это поцелуй в обе щеки, но в некоторых местах добавляют еще один поцелуй, смысл которого: «Желаю тебе скорой свадьбы». Однако при первой встрече обменивайтесь простым рукопожатием.

**Аргентина.** По правилам местного этикета джентльмены всегда должны носить костюм, даже в нестерпимую жару. Аргентинские мужчины с гордостью именуют себя *кабальерос*, непревзойденными в том, что касается изысканности манер и благородного рыцарства. Эта тонкая, но в каждом случае учитывающая раз-

личные обстоятельства черта распространяется и на личные контакты. Старайтесь не опаздывать к началу деловых встреч или к ужину в ресторане. Если вас пригласили в дом, лучше прийти на десять минут позже назначенного времени.

Соединенные Штаты. Здесь не всегда просто оценить необходимый уровень фамильярности при общении. Почти мгновенно вас начнут называть по имени, будут подробно расспрашивать о стране, откуда вы приехали, и распрощаются с сердечным «до скорого». Но не стоит воспринимать это слишком серьезно. Искусство разговоров на отвлеченные темы весьма ценится при деловых контактах, люди живо интересуются спортом, поэтому постарайтесь не спасовать в подобной ситуации. Курильщиков часто заго-



няют в специально отведенные для этого зоны. Хотя американцы любят выпить, на улицах это делать запрещено. Дамам следует позаботиться о том, чтобы ноги и подмышки были тщательно выбриты. Гигиене и опрятности здесь уделяют особое внимание. Поэтому не забывайте принять душ, прежде чем отправляться куда-либо.

#### Немного перепутал

Цибульский сдает экзамен на водительские права.

- Увы! говорит инспектор. Вы экзамен не сдали.
- Как я мог сдать его, если я еще не тронулся с места?
- А как вы могли тронуться с места, если вы сели на заднее сиденье?

николай соколов, Россия

- Мы объявили нашу помолвку недействительной, так как мое отношение к Чарли изменилось.
  - Но ты продолжаешь носить подаренное им кольцо?
  - К кольцу мое отношение осталось прежним.

-www.anec.ru

КНИЖНЫЙ РАЗДЕЛ



недрах лесистых холмов и долин ок-Сомерсет руга штате Пенсильвания накапливались огромные залежи угля. В начале XIX века на угольные разработки съехались тысячи людей, своим тяжелым трудом они заслужили репутацию надежных и непритязательных людей. Не одно поколение шахтеров зарабатывало на жизнь - и нередко теряло ее - в темных угольных забоях.

ногие тысячи лет в

На одном из них, на шахте Кьюкрик, расположенной рядом с молочной фермой, шахтеры работали в три смены по восемь часов, ежедневно спускаясь на 70-метровую глубину. В среду 24 июля 2002 года 18 человек из второй смены в половине третьего собрались у входа в шахту. Они разделились на две бригады по девять человек: первая, спустившись, должна была направиться прямо на юг, а вторая — повернуть налево и рубить уголь в восточном забое.

Девять шахтеров, направлявшихся на восток, переоделись в спецодежду: теплое белье, фланелевые рубахи, синие комбинезоны, резиновые сапоги со стальными носками, наколенники и каски.

Авторы: Кэролайн Эйбелс, Боб Батцмладший, Майкл А. Фуоко, Том Джибб, Джон Хейс, Л. А. Джонсон, Синди Лэш, Стив Левин, Джим Маккей, Джонна А. Про, Милан Симонич, Анита Шрикамешваран Их 34-летнего бригадира звали Рэнди Фогл, он с женой и двумя детьми жил на Фоглтаун-роуд. Нетрудно догадаться, что на этой неасфальтированной улице проживало немало Фоглов. Сын и внук шахтеров, Фогл большую часть жизни трудился на шахтах. Ему нравилось добывать уголь, хотя стресс все же сказывался на здоровье: Фогла уже не один год мучила постоянная изжога. Он ценил своих подчиненных за хорошую работу, сообразительность и чувство локтя. Они звали его Боссом.

Без четверти три шахтеры перекинулись парой слов с шахтерами из первой смены. Один из них пожелал им удачи. Ровно в три часа девять шахтеров сели в электропоезд, чтобы через полчаса добраться до угольного пласта, где им предстояло до одиннадцати вечера работать в сыром и холодном забое на глубине 25 этажей.

#### Наволнение

ту смену Рэнди Фогл вместе с 52-летним Томасом Фоем и двумя другими шахтерами устанавливали стальную крепь, поддерживающую новую кровлю забоя. Том Фой, отец четырех дочерей, был заядлым охотником и любителем автогонок.

Пятидесятилетний Роберт Паф и 49-летний Деннис Холл обслужива-

ли самоходные вагонетки, на которых они отвозили уголь к ленте конвейера. 34-лет-Гарри Блейн Мейхью, самый молодой в бригаде, работал оператором ковшового погрузчика, который захватывал добытый уголь и ссыпал его на ленту для транспортировки из шахты. Мейхью был мужем одной из дочерей Тома Фоя, Лесли.

Еще один член бригады, Джон Филлиппи, первую половину смены работал на угольном комбайне,

приземистом агрегате, вооруженном четырехметровым цилиндром с сотней стальных резцов, вгрызавшихся в пласт и вырубавших уголь. Затем его сменил худощавый 41-летний Марк Поупернек.

Поупернек работал у шестой из семи опор забоя. Но около девяти часов вечера, за два часа до конца смены, рутинный ритм обычной шахтерской смены разрушил кошмар. Внезапно пласт, толщина которого, по расчетам, составляла сотни метров, прорвало, и в Кыокрик хлынули 200 тысяч тонн подземных вод. Из-за того что в карте залегания пластов была допущена ошибка, шахтеры не подозревали, как близко они подошли к заброшенной шахте Саксмен.



Помогли молитвы. -Рэнди Фогл не давал своей бригаде отчаяться. «Мы очень много молились», вспоминает он.

 Все наверх! — закричал Том Фой. — Мы наткнулись на старый забой. Здесь полно воды!

Рон Хайлмен Джон Ангер находились примерно в 30 метрах от комбайна. Работавшие механизмы и наушники заглушали шум потока и крик Фоя, но шахтеры сами увидели воду. Через одну-две секунды вода, устремившаяся через пробуренное окно, разнесла стену забоя, затопив комбайн Поупернека. «Деннис! Уходи отсюда! Спасай-

ся!» — закричал Поупернек Холлу, который находился у него за спиной в электрической вагонетке.

Холл успел отъехать всего на 70 метров, когда двигатель отключился и вагонетка встала. Поупернеку удалось соскочить с комбайна, но поток уже превратился в бешеную бурую реку, которая отрезала его от остальных членов бригады.

По коридору высотой от силы метр двадцать, освещаемому только светом ламп на касках, шахтеры по другую сторону потока отчаянно рванулись в направлении выхода. В суматохе было принято первое решение, в конечном счете спасшее людям жизнь. Фой и Фогл крикнули Деннису Холлу, который был ближе всех к рудничному телефону, чтобы

тот предупредил бригаду, работавшую в южном забое.

Холл нажал кнопку вызова. Телефон не отвечал. Наконец он услышал голос. Это был шахтер, оставшийся снаружи на случай нештатных ситуаций. Холл сообщил ему о

том, что случилось, а в этот момент трубку снял один из членов второй бригады. Холл крикнул ему: «Поднимайтесь! Полнимайтесь скорей! Нас затапливает!»

Новость немедленно облетела всю вторую бригаду. «Быстрее выключайте все! - закричал один из шахтеров. - Мы сейчас же поднимаемся».

Пять шахтеров из южного забоя на электропоезде подъехали к выходу из туннеля, подобрав по дороге шес-

того члена бригады. Еще двое ехали впереди в электрокаре. Девятый шахтер был уже у выхода из забоя.

Но вода лизала борта вагонеток, и шахтерам пришлось из них выбраться. Они добежали до другой выработки, но, когда достигли одного из ведущих наверх туннелей, их встретил стремительный ледяной поток.

Поток шириной около семи метров был от силы полметра глубиной, но мужчинам, пробиравшимся

> по коридору высотой чуть больше метра, он доставал до груди. Выбора не было - либо перейти поток, либо неизбежной жлать смерти. Перебравшись на другую сторону, они направились наверх, к незатопленному участку. Однако расстояние было довольно бовалось 45 минут, дицинской помощи они отказались.

большим, и им потречтобы выбраться из шахты. Наверху шахтеры доложили о случившемся мастеру. От ме-

Бесценный звонок. - Деннис Холл в эти минуты думал не о себе, а о товарищах. Пока шахтеры поднимались на

поверхность, они постоянно оглядывались, в надежде увидеть огни или другие признаки второй бригады. Но позади никого не было.

«Я слишком молод, чтобы сейчас умереть. Не то чтобы я боюсь, но у меня двое малышей», ответил Мейхью.

#### «Мы в беде»

арк Поупернек крикнул товарищам, чтобы они спасались кто как сможет. Он решил, что ему самому скорее всего суждено было погибнуть.

Восемь шахтеров собрались у входа в забой, откуда лента конвейера уносила добытый уголь из шахты. Их последней надеждой было то, что этот путь выведет их наверх. Шахтеры бежали по залитой водой выработке, держась за конвейер, чтобы не упасть в бушующий поток, — так быстро, как можно бежать, согнувшись вдвое. Из-за того что они не могли выпрямиться, вода, поднявшаяся почти на метр, была им уже по шею.

Потом они взобрались на конвейер, остановившийся, когда вода прервала подачу тока. Деннис Холл попытался вскарабкаться на ленту, но не смог. Тогда Фогл схватил его за комбинезон и втащил наверх. Они поползли по углю, падая, обдирая руки. Уровень воды неумолимо поднимался.

Самые молодые, Джон Филлиппи и Блейн Мейхью, пробирались по остановившемуся конвейеру впереди своих товарищей. Когда было пройдено почти 700 метров, лампы на их касках высветили впереди то, чего они больше всего боялись, — в 30 метрах перед ними вода поднялась до кровли. Поток обогнал их и вскоре мог их поглотить.

Молодые шахтеры крикнули товарищам, чтобы они возвращались. Томас Фой обернулся к своему зятю Мейхью. «Мы в западне», — сказал старый шахтер.

— Я знаю, Том, — ответил Мейхью. — Но я слишком молод, чтобы сейчас умереть. Не то чтобы я боюсь, но у меня двое малышей. Надо бороться.

Вода доставала шахтерам до подбородка, и им приходилось закидывать голову назад, чтобы их лица оставались над водой. Время от времени они сворачивали в сторону, но во всех выработках была вода. Фогл попробовал пробить киркой бетонную стену, чтобы попасть в другую выработку, которая могла бы вывести их наверх. Он колотил изо всех сил, затем его сменили Филлиппи и Мейхью, но вода снова стала накрывать их с головой, и им пришлось перебраться на более высокий участок.

Марк Поупернек, по-прежнему в одиночестве, обвязался шлангом под мышками и раздумывал над тем, как закрепить на руках крюки и перебраться через бурный поток, цепляясь за болты кровли. Он почти отчаялся, когда внезапно увидел свет. Это была лампа на каске Филлиппи, появившегося на другом берегу. «Ребята, помогите переправиться к вам!» — закричал Поупернек.

— Не могу, — ответил Фогл. — Течение слишком сильное. Придется подождать, пока оно замедлится. — Наконец поток стих настолько, что

Фогл решился направить погрузчик в разлившуюся на семь метров стремнину.

 Осторожно, Рэнди, – воскликнул Холл. – Погрузчик уходит под воду. Уже ушел.

Но ковш погрузчика оставался над ревущей водой, Фогл крикнул: «Прыгай!» Поупернек прыгнул в ковш. Фогл подал погрузчик назад, и все девять шахтеров снова оказались вместе.

#### Начало спасательных работ

среду вечером Дэйв Рибек, владелец компании «Блэк вулф коул», разрабатывающей шахту Кьюкрик, собирался ложиться спать, когда жена позвала его к телефону. Это был шахтер, дежуривший у входа в шахту. Произошла авария. Прорыв пласта. Шахту затапливает. В ней могут быть люди.

Рибек связался с руководством штата и федеральными ведомствами и поднял на ноги целую армию спасателей. К шахте выехали горные инженеры, чтобы приступить к спасательным работам. В 21.53 служба «скорой помощи» округа приняла вызов прислать на шахту машину.

Обзвонить семьи шахтеров было поручено капралу полиции штата Роберту Барнсу. Он был краток и по-деловому точен. «На шахте произошла авария, — говорил он. — Мы

просим вашу семью приехать в Сайпсвильское пожарное депо, где вы получите дополнительную информацию». Он хотел изолировать всех родных в пожарном депо, зная, что полиция перекроет доступ к шахте и избавит родственников от назойливых журналистов. К тому же он полагал, что семьи шахтеров будут поддерживать друг друга.

Первым в пожарное депо, здание которого было построено сто лет назад, прибыл пастор Джозеф Бир из Объединенной церкви Христа в Маунт-Лорел. Он встречал там родственников шахтеров. Они еще не пришли в себя от потрясения, и вопросам не было конца. С ответами дело обстояло намного хуже.

В те первые часы никто из специалистов не мог ответить на самый важный вопрос — удалось ли людям выжить в ворвавшемся в шахту потоке и найти какое-то убежище. По мере того как часы переходили в сутки, у многих из собравшихся в депо начали сдавать нервы. Вспыхивали перепалки. Сузан Ангер, жена Джона Ангера, не сорвалась ни разу. Она страдала рассеянным склерозом и передвигалась по комнате с помощью ходунков, но при этом поддерживала всех своим оптимизмом. «Я знаю, что они вернутся», - говорила она всем.

Начальник шахты Дэйв Рибек организовал в 70 метрах от входа в шахту командный центр, где были развернуты карты 60 тысяч квадратных метров выработок. Руководствуясь здравым смыслом, спасате-

ли сузили область поиска, а затем воспользовались спутниками системы глобального позиционирования, чтобы определить точку, где, по их мнению, должны были находиться шахтеры.

Джон Юросик, специалист по вентиляционным системам, считал, что на шахте должен быть воздушный карман. Он предложил пробурить отверстие и закачать в него сжатый воздух, чтобы увеличить карман и не дать воде подняться. Некоторые отнеслись к этой не

проверенной на практике идее довольно скептически, однако большинство сочло, что попытаться все же стоит.

Вначале надо было пробурить отверстие для того, чтобы наладить связь. Используемый при бурении сжатый воздух, нагретый до 38 градусов, также мог компенсировать воздействие холодной воды, температура которой, по оценкам, не превышала 12 градусов. Спасатели



Он уже готовился к смерти. — Блейн Мейхью вспоминает: «Мы думали, что спасатели оставили все попытки вызволить нас».

боялись, что люди в шахте находились по грудь в воде, что могло привести к переохлаждению.

В план спасателей входило также пробурить ряд дополнительных отверстий для того, чтобы откачать воду из шахты. Рабочие «Блэк вулф» стали будить всех, у кого были насосы и буровые установки.

Работы по бурению критически важного вентиляционного отверстия начались примерно в 2.50 в ночь на четверг, через шесть часов после прорыва.

Два часа спустя одной из бригад удалось пробурить скважину до ствола шахты. Для этого в авральном порядке пришлось преодолеть 70 метров почвы и скальных пород.

Опустив в шахту трубу воздухопровода, спасатели постучали по металлу. Прошло несколько минут, и наконец они услышали девять сильных ответных ударов. Означали ли эти удары, что в 5.06 все девять шахтеров были живы?

## Бригадир ничего не скрывал от своих товарищей:

через час они все погибнут.

К людям снова вернулась надежда. Возможно, только возможно, все девять живы. Пожарные добровольной дружины запечатали отверстие вокруг трубы компрессора резиновыми спасательными подушками, и оператор буровой установки смог включить движок компрессора.

Затем у спасателей родилась идея использовать супербуровую установку, чтобы прорыть туннель для извлечения шахтеров. Эта буровая установка с буром весом около 700 килограммов пробиться могла сквозь твердую почву и пробурить достаточно широкий туннель, через который можно будет поднять людей наверх. Но только на то, чтобы доставить супербуровую в округ Сомерсет, уйдет несколько часов. К тому же большинство спасателей никогда ее даже не видели.

#### Готовясь к худшему

попавшие в ловушку

шахтеры все утро не

оставляли попыток построить дамбу из бетонных блоков, что-бы оградить от воды спасительный воздушный мешок, площадь которого не превышала шесть на 23 метра. Они лихорадочно, из последних сил продолжали ворочать тяжелые блоки, дышать им приходилось бедным кислородом, «мертвым» воздухом. «Мне одному так плохо? — спросил Мейхью. — Здесь нечем дышать». Все они задыхались из-за недостатка кислорода.

Но когда 20-сантиметровый бур пробил отверстие в шахту у ленты транспортера, у них сразу поднялось настроение. От рева сжатого воздуха закладывало уши, так что они едва не оглохли. Но с этим неудобством можно было смириться: появление трубы означало, что спасатели знают, где их искать.

Хотя было тепло и снаружи поступал воздух, вонючая вода продолжала подниматься сантиметр за сантиметром и в конце концов дошла до вентиляционного отверстия. Тогда они стали стучать по скальной породе над головой — девять ударов каждые десять минут, — надеясь, что их смогут услышать с помощью специального оборудования.

К полудню четверга шахтеры построили стены из бетонных блоков, но вода затопила их, заставив людей отступить на самую верхнюю точку примерно в ста метрах от вентиляционного отверстия. Вода продолжала прибывать.

Рэнди Фогл ничего не скрывал: по его оценке, через час все они погибнут. Шахтеры притихли. Одни плакали, другие молча молились.

Мейхью спросил, нет ли у кого ручки, и на куске картона написал жене и детям записку со словами любви. Он положил ее в белое пластиковое ведро и передал ручку товарищам. Каждый из них написал прощальные слова своим любимым. Все девять записок сложили в ведро, плотно закрыли крышку и привязали ведро к большому камню, чтобы его потом смогли найти.



**Думы о близких.** — Шахтеры очень волновались за свои семьи.

Затем Фой выбрал из материалов, обычно хранившихся в разрабатываемой шахте, стальной кабель в пластиковой оплетке и предложил закрепить его на поясе каждого из шахтеров, сказав, что, если им суждено будет умереть, они умрут вместе, как одна семья.

Поупернек и Ангер не были готовы присоединиться к связке. Они хотели дождаться, пока вода подойдет ближе. Холл вообще не желал принимать в этом участие. Его мутило при мысли о том, как он будет слышать хрипы захлебывающихся и тонущих товарищей. Когда вода будет накрывать его с головой, он просто сделает последний вдох и нырнет.

Полностью истощенные и душевно, и физически, шахтеры устроились на площадке размером шесть на десять метров и стали ждать свою судьбу. Прошел час, но они все еще были живы. Где же вода? Неужели она перестала подниматься?

Теперь, когда гибель уже не казалась шахтерам столь неизбежной, они, следуя указаниям Фогла, переключились в режим спасения. Они продолжали стучать по кровле, отключив лампы на касках, чтобы экономить энергию. Но каждые десять минут один или два шахтера включали свет, проверяли уровень воды.

Если одним врагом была темнота, то другим стала температура. Пытаясь бороться с холодом, промокшие насквозь шахтеры накрылись мешками, которые нашли поблизости. Для того чтобы сохранить тепло, они сидели, привалившись друг к другу спинами, или лежали на земле, положив в середину дрожавших от озноба товарищей. Бригадир Рэнди Фогл не терял оптимизма. Когда кто-нибудь из шахтеров начинал говорить о том, что они обречены, что они погибнут, Фогл яростно возражал: «Нет, рано или поздно, так или иначе, но мы выберемся отсюда!»

Его уверенность придавала людям силы, но, когда Фогл зашелся в приступе мучительного, до тошноты, кашля и стал жаловаться на боль в груди, шахтеров охватило отчаяние. Он повторял, что это всего лишь

изжога, которая усилилась из-за паров мазута, но его напарники сомневались, что дело только в этом.

Теперь они подолгу лежали в темноте, шепотом повторяя молитвы, а когда заговаривали, то обсуждали, что будут делать, выбравшись наружу: один хотел собрать всех родственников, другие — как следует поесть. Поупернек спросил у товарищей, что бы они выбрали, если б могли: табак, пиво или горячий шоколад. Победил шоколад.

Они так долго вглядывались в темноту, что Пафу стало казаться, что он уже может различить свои ноги в полной темноте. А вскоре и Хайлмен заявил, что видит свои ноги. Остальные уверяли их, что это безумие. «А еще я вижу звездное небо и городок с домиками и деревьями», — сказал Паф.

Через некоторое время они обнаружили коробку с обедом Денниса Холла, плавающую в 30 метрах от них. В ней оказался сандвич с ветчиной, который даже не промок, и

#### Очередная неудача



омпоненты буровой установки прибыли в сопровождении полицейского эскорта с сиренами. К семи вечера

четверга срочно смонтированная установка уже вгрызалась в землю.

В этот момент приехал губернатор штата Пенсильвания Марк Швейкер. По его прогнозам, туннель должен был быть закончен к трем-четырем часам ночи. Еще тричетыре часа должно было уйти на извлечение бура и спуск спасательной корзины в туннель шириной 75 сантиметров.

Тем не менее операция был чревата многочисленными рисками. Если огромный бур слишком быстро пробьет кровлю, сжатый воздух в забое может рвануться наверх, и тогда вода заполнит воздушный мешок и затопит шахтеров. Для того чтобы предотвратить спад давления, инженеры соорудили специаль-

## «Господи, — молился Холл, — только бы они не решили, что мы погибли, и не перестали нас искать!»

бутылка пепси-колы. Каждый откусил по кусочку. Отказались только Мейхью, который считал, что одного куска не хватит, чтобы утолить мучивший его голод, и Ангер, который побоялся, что его просто стошнит от нервного напряжения.

ную пробку, закрывающую спасательный туннель: трубу длиной 12 метров и диаметром 90 сантиметров со скользящим затвором с нижней стороны. Она должна была сдерживать отток воздуха по мере спуска спасательной капсулы для шахтеров.

**АЛЛЮСТРАЦИЯ: ДЖАРЕД ШНЕЙДМАН ДИЗАЙН** 

Кроме того, с половины двенадцатого стук снизу прекратился. Спасатели надеялись, что шахтеры все же живы, просто их сигналов не было слышно за какофонией работавших на поверхности буровых установок, другой многочисленной техники и криков людей. Все надежды возлагались на то, что супербуровая сможет быстро пробиться к шахтерам. Губернатор объявил, что еще до восхода солнца «все будет готово к их подъему. Мы вытащим наших парней оттуда».

Почти в 1.50 в пятницу, когда миллионы людей по всем Соеди-



ненным Штатам молились за спасение шахтеров, на буровой установке сломался бур. Он остался на глубине почти 32 метра, и для возобновления работ бур необходимо было извлечь. Прокладка спасательного туннеля приостановилась. Собравшиеся в пожарном депо семьи шахтеров уже пережили много трагических минут, но эта была самой тяжелой.

Мэри Ангер, восьмидесятилетняя мать Джона Ангера — одного из погребенных в шахте, — выразила общее мнение: «Ожидание ужасно. Такое чувство, что с самого начала все идет не так».



**Напряженные минуты.** — Спасатель с микрофоном вслушивается, не раздастся ли из-под земли голос.

Плененные в затопленной шахте девять мужчин уже слышали звук бура. Но внезапно все стихло. Господи, – молился Холл, — только бы они не решили, что мы погибли, и не бросили нас искать.

— Может, они закупорили отверстие, — предположил бригадир шахтеров. — А может, у них сломался бур. — Скоро бурение продолжится, убеждал он всех.

Бур действительно сломался. Пока бригада буровиков пыталась извлечь бур и снова запустить установку, заработала вторая установка, смонтированная в 20 метрах от первой. Но вскоре вышла из строя и она.

Понимая, что им потребуется специальный инструмент, для того чтобы вытащить сломавшийся бур, буровики срочным образом связались со специалистами на метал-

лургическом комбинате «Стар» в Биг-Ране, штат Пенсильвания. Чертежи бура были посланы в Биг-Ран по факсу, где 95 токарей и сварщиков в экстренном порядке приступили к работе.

Когда вам звонят и говорят, что вертолет Национальной гвардии стоит наготове, дожидаясь окончания работы, вы понимаете, что дело действительно срочное, — рассказывал директор комбината.
Работа, в обычное время требующая трех-четы-

рех дней, была закончена за четыре часа.

Примерно в четыре часа дня в пятницу сделанный на заказ захват подцепил 700-килограммовый бур и вытащил его из скважины.



**Вынужденный простой.** — Спасательные работы были вынуждены прекратить на целых 18 часов, пока не был поднят на поверхность сломанный бур.

После казавшихся нескончаемыми 18 часов вынужденного простоя прокладка туннеля в затопленную шахту продолжилась.

#### «Все девять здесь»

аконец, в субботу ночью, бур пробился в сырое убежище шахтеров. Спасательная скважина была готова.

Внизу шахтеры каждые 10–15 минут по очереди осматривали место, где слышался звук бурения. В субботу в 22.15 на обход отправились Хайлмен и Фой. В тусклом свете своих ламп они разглядели пробуренное отверстие.

Хайлмен вприпрыжку вернулся к лежавшим шахтерам. «Мы нашли отверстие! — закричал он. — Все сюда!»

Второго приглашения не потребовалось. Все бросились к скважине и стали кричать: «Вытащите нас! Помогите! Вытащите нас!»

Наверху спасатели измерили давление. Оно равнялось нулю. Это означало, что давление в шахте было таким же, как на поверхности, и воздушная пробка не требовалась. Затем в воздушную скважину спустили зонд, динамик и микрофон с прикрепленной к ним детской люминесцентной трубочкой.

Пока зонд опускался на глубину, один из спасателей начал вызывать шахтеров: «Вы слышите меня?»



**Настоящая команда.** — Чрезвычайная ситуация, в которой они оказались, и воля к жизни еще больше сблизили шахтеров.

И наконец услышал четкий ответ: «Мы вас слышим». Это Джон Филлиппи говорил в крошечный микрофон на другом конце. Для спасателя его голос прозвучал так, как будто сам Господь ответил на его молитву.

- Это вы попали в завал?
- Да, мы.
- У вас все в порядке?
- Да, только у бригадира боли в груди.
  - Сколько вас?
- Все девять здесь, прозвучало в ответ.

Спасатель поднял девять пальцев. Новость мгновенно разнеслась и стала сигналом к празднованию. Дэйв Рибек и один из его коллег бросились в полицейскую машину и помчались к Сайпсвильскому пожарному депо, где их встретил Марк Швейкер. Радостные лица говорили сами за себя. Все девять живы и в хорошем состоянии. Депо взорвалось радостными криками, аплодисментами и возгласами: «Слава богу!»

Сын шахтера Джека Ангера Стивен никогда не видел, чтобы люди так радовались. Дениз Фой, жена Тома Фоя, старалась не показывать свои чувства. Каждый раз, когда она начинала плакать, ее дочери рыдали вместе с ней — и особенно Лесли, жена Мейхью. Сейчас, получив радостное известие, Дениз просто обняла дочь и крепко-крепко прижала ее к себе.

Дэйв Рибек передал личное послание Деннису Холлу. «Знаешь, ты просто герой, — сказал он. — Твой

звонок спас девять других шахтеров». Услышав это Холл, который в течение 77 часов вообще ничего не знал о судьбе бригады, не смог сдержать слез.

А затем пришло время спустить вниз желтую спасательную корзину из стальной сетки — кабину почти трехметровой высоты с закрепленными на днище фонарями. В первый раз в корзине отправили вниз предметы первой необходимости — лампы, шоколадные батончики, теплые одеяла, плащи и питьевую воду.

Наверху один из шахтеров обменивался шутками с товарищами, все еще остававшимися под землей. «Вашим семьям сообщили, что вы живы, — рассказывал он, — и большинство из них этому рады».

Первым в спасательную корзину, погрузили Рэнди Фогла, жаловавшегося на боль в груди. Он выбрался наружу в 00.50. Как и у всех его товарищей, на его черном от угольной пыли лице сияли только глаза.

Вторым был Мейхью. Когда сверху на него попал ручеек почвенных вод, он не выдержал. «Тащите меня наверх, и немедленно! Давайте!» — закричал он. В метре от поверхности он смог разглядеть свет, услышал крики и аплодисменты. Сердце

шахтера бешено забилось, и он разрыдался.

Следующим подняли Тома Фоя, за которым последовали Ангер, Филлиппи, Хайлмен, Холл и Паф. Последним, в 2.44, из шахты выбрался Марк Поупернек.

## Возвращение к нормальной жизни

врач тщательно осмотрел всех шахтеров. С них сняли одежду и специальными моющими средствами смыли мазут и угольную пыль. Им поставили капельницы и отправили в больницу. Спасенные шахтеры бодрились, улыбались и разговаривали, но при этом всех их бил озноб, а пальцы, ступни и икры посинели и пошли пятнами от длительного пребывания в воде.

В больнице к шахтерам допустили их родственников. Роберт Паф не смог сдержать эмоций, когда его родные ворвались в травматологическое отделение («драматическое», как назвал его сам Паф), подобно «стаду быков».

- Я плакал всего два раза в жизни - когда у меня родился сын и в тот день в больнице.

## Спасенные шахтеры бодрились и улыбались, хотя всех их бил страшный озноб.

Шестерых шахтеров выписали из больницы в воскресенье. Фогл и Фой остались еще на день для кардиологического обследования. У Фогла тревога оказалась ложной: боли имели желудочную причину. Джон Ангер, жаловавшийся на боль в правом плече, провел шесть часов в барокамере, чтобы скопившийся в крови азот мог безболезненно раствориться.

Мир жаждал услышать, как шахтеры выдержали 77 часов под землей, поэтому было организовано несколько пресс-конференций. «Я пришел сюда сегодня для того, чтобы поблагодарить всех, кто был наверху», — сказал на одной из прессконференций Джон Ангер, выражая общее для всех его товарищей чувство.

И еще в одном они были единодушны: грязное белое ведро с записками к их родным открывать не надо.



#### Бери выше

 Что нужно делать, чтобы стать врачом? спросила меня как-то моя пятилетняя внучка.

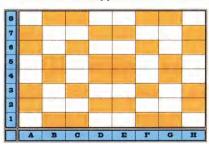
Ее отец обрадовался и начал подробнейшим образом рассказывать: «Ты должна хорошо учиться в школе, много заниматься математикой и биологией, потом поступить в колледж, сдать экзамены на отлично, а потом уж — в медицинский институт. Окончив его и пройдя практику,

ты станешь врачом. Ты у нас такая умненькая, что сможешь стать кем угодно!»

Внучка немного подумала а потом спросила: «А что нужно делать, чтобы стать королевой?»

—нэнси флетчер, *США* 

#### Ответы к задаче со с. 142



# Ham Cruss

Будьте здоровы 🛨 Семья и дом 🛨 Новые технологии

## Переход на летнее время пля туб и дубленок

аконец-то пришла весна, и мы с легким сердцем убираем подальше зимние вещи. Но как сделать так, чтобы в следующем сезоне не расстраиваться по поводу изъеденных молью или потерявших вид любимых вещей? Вот что советуют профессионалы.

**Шубы и дубленки.** Кожа должна дышать, поэтому изделия нельзя хранить в полиэтилене. Запакуйте каждую вещь в тканевый чехол. Его можно купить или сшить самим, застрочив с трех сторон и пропитав антимолевым составом.

**Шапки из белого межа и пальто с песцовыми воротниками.** Белый мех со временем желтеет, но, если вы завернете его в ткань, окрашенную синькой, этого не произойдет.

Вещи из искусственного меха.

Главное — просущить вещь и расчесать, так как в отличие от натурального искусственный ворс распрямляется с большим трудом. Хранить можно без чехла — для моли искусственный мех не представляет особого интереса.

**Зимний тринотаж.** Шерстяные вещи складывают стопкой в шкаф, обработанный антимолевым составом, например аэрозолем *Raid.* Разложите по полкам душистое мыло — оно довольно эффективно против моли и в отличие от табака его запах быстро выветривается. Помните: больше всего моль любит загрязненные вещи и состояние покоя.

-т. Баланова, ЦНИИ бытового обслуживания

131

о, что вы едите, может повлиять на цвет вашего лица. Дерматолог Дж. Джекнин, автор книги «Эффективные средства для вашей кожи», подсказывает, как избежать некоторых неприятных ситуаций.

#### Появление морщин

Растительное масло, миндаль, подсолнечное семя и пшеничные проростки богаты витамином Е, который защищает мембрану клеток кожи. Австралийские ученые выяснили, что у пожилых людей, в рацион которых входят овощи, крупы и оливковое масло, меньше морщин.

#### Палящее солнце

Желтые и оранжевые фрукты и овощи содержат антиоксиданты

(витамины A, C и бетакаротин) и действуют как естественные солнцезащитные фильтры.

#### Синяки

Темно-зеленая зелень, сладкий перец и ранняя белокочанная капуста

## Поцелуй меня, пожалуйста!

- **1.** Поцелуи снимают стресс, вызывая в мозгу выброс поднимающих настроение эндорфинов.
- **2.** Сжигают две калории в минуту и могут привести к более активным упражнениям.
- 3. Они укрепляют мышцы лица.
- **4.** Обмен слюной с партнером стимулирует иммунную систему, помогая организму укрепить свою защиту.
- 5. И наконец, это так приятно!

в свежем виде изобилуют витамином K, необходимым для нормальной свертываемости крови, и витамином C, играющим ключевую роль в заживлении ран.

#### Тонкая кожа

Крупяные каши, морепродукты и чеснок содержат селен, сохраняющий эластичность кожи, замедляющий старение. Одно из исследований показало, что включение в рацион продуктов, богатых селеном, медью и витаминами, привело к уменьшению солнечных ожогов после пребывания на солнце.

—д. хьюдепол



## Целительная сила прощения

Нам всем

стоит прила-

гать больше

усилий,

чтобы

прощать.

Способность сочувствовать и прощать может исцелять как сердце, так и разум

рости и забудь. Для большинства из нас забыть намного легче, чем простить. «Накопленные обиды изматывают эмоционально и физически, - считает психолог Ф. Ласкин, возглавляющий проект "Прощение" в Стэнфордском университете. - Прощение может стать эффективным лекарством».

В Колледже Хоуп, штат Мичиган, проводилось исследование, в ходе которого доцент психологии III, ван Ойен Витвлиет и ее коллеги попросили 71 добровольца вспомнить о нанесенной им в прошлом обиде. Это

спровоцировало резкие скачки давления, пульса и напряжение мышц симптомы, типичные для человека в гневе. (Связь между гневом и сердечными заболеваниями подтверждена исследованиями.) Когда ученые попросили испытуемых представить себе, что они сочувствуют обидевшим их людям и даже прощают их, реакция оказалась гораздо спокойнее.

Более того, как утверждает Ласкин, искусству прощения можно научиться. «Мы учим людей мысленно переписывать свою историю, превращая себя из жертвы в героя. Если обида вызвана супружеской неверностью, мы предлагаем им смотреть на себя не только как на человека, которого обманули, но и как на того, кто постарался сохранить семью».

Два года назад Ласкин провел

эксперимент, в котором участвовали пять женщин из Северной Ирландии, чьи сыновья были убиты. Через неделю обучения прощению по методике Ласкина чувство горя у матерей, как показали психологи-

ческие тесты, умень-

шилось почти вдвое. «Прощение не означает примирения с тем, что произошло, - говорит Ласкин. -Просто мы освобождаемся от тех, кто причинил нам боль».

Доказательства того, что прощение благотворно влияет на здоровье, впечатляют: опрос 1423 респондентов, проводившийся Институтом социальных исследований, показал, что люди, прощавшие обиды, меньше жаловались на здоровье, чем те, кто не сумел простить. -п. джерет

## Упражняйтесь в постели!



В ам нужна самая лучшая система тренировок? Согласно результатам исследований, проводившихся Бристольским университетом в Англии и Королев-

ским университетом в Белфасте, Северная Ирландия, у мужчин, занимающихся сексом не менее двух раз в неделю, вероятность смерти от ишемической болезни сердца в два раза меньше, чем у тех, кто делает это реже одного раза в месяц. Исследователи в течение десяти лет наблюдали за 918 мужчинами в возрасте от 45 до 59 лет. По их мнению, результаты исследования указывают на то, что секс вполне можно засчитать в качестве рекомендуемых специалистами 30 минут ежедневных тренировок. К тому же это намного приятнее занятий на тренажере!

#### миф месяца



### При простуде не рекомендуется мыться.

то утверждение справедливо, только если у вас температура выше 38,5°С. А вообще заболевший человек должен вставать под душ чаще, чем здоровый. Через кожу вместе с потом удаляются продукты воспаления и шлаки, образовавшиеся в процессе борьбы с вирусами, и, смывая их, вы укрепляете иммунную защиту.

Ученые считают воду, мыло и мочалку важными противовоспалительными «лекарствами», но они решительно не советуют постоянно пользоваться мылом с антибактериальными свойствами: оно уничтожает не только микроскопических врагов, но и союзников, защищающих кожу от инфекции.

-«Здоровье»



## Нам нужна ваша помощь...



#### Семья и дом

# Первые шаги без ссадин и синяков

Вы так ждали того момента, когда ваш малыш встанет на ножки и самостоятельно пойдет! А теперь вам приходится не спускать с него глаз и быть всегда рядом, чтобы он не дай бог не упал и не ударился. Вот несколько советов в помощь родителям.

• Врачи настоятельно рекомендуют, чтобы ребенок и дома ходил в кожаных ботиночках на небольшом каблучке с супинатором и на шну-

ровке. Такая обувь защитит от развития плоскостопия.

• Когда ребенок устает ходить в обуви, наденьте ему носочки с «тормозами» — на мысок и пяточку наносится прорезиненный рисунок, что уменьшает скольжение.

• На первое время, пока ребенок ходит неуверенно, оберните плотной материей углы у мебели и дверные косяки. Постелите коврики, но так, чтобы они лежали плотно и не скользили по полу.

• Уберите стулья от окон — это удержит любознательного человечка от желания забраться на подоконник. — «Семейный доктор»

## Мяу — в знак протеста против дыма

о последнего времени никто не задавался вопросом, как курение отражается на кошках. Недавно «Американский эпидемиологический журнал» опубликовал результаты исследования, которое показало, что у кошек курильщиков вероятность развития лимфомы (наиболее распространенной формы рака у кошачьих) в два раза выше, чем у кошек, кото-

рые живут в доме, где не курят. Дым от печи или камина также опасен для кошек, поскольку они проводят в доме большую часть времени, а вылизываясь, они поглощают вредные частички, осевшие на их шерсти. Курильщикам, которые не могут отказаться от своей привычки, не стоит пускать животных в помещение, где курят. Кроме этого, кошек полезно мыть и вычесывать им шерсть.

—дж. даттон

## Брак на работе и работа без брака

Семейные пары все чаще работают вместе, так как многие знакомятся со второй половиной именно на работе. Однако супруги-сотрудники могут столкнуться с определенными проблемами.



■ Стремитесь к тому, чтобы к вам относились как к самостоятельной личности, но и не скрывайте, что вы — семейная пара. Если сослуживцы выяснят это случайно, то будут переживать, что могли что-то сказать о вашем муже или жене. ■ Больше общайтесь с коллегами. Не стоит проводить обеденные

перерывы только со своим супругом.

- Будьте готовы к тому, что в ваших отношениях может возникнуть напряжение, если один из вас получит повышение по службе или доступ к конфиденциальной информации.
- Не переносите домашние склоки на работу и наоборот многие пары следуют правилу «ни слова о работе после 18.00».

-«Санди экспресс»

#### наш опрос

#### Какие комнатные растения самые популярные?

Мы задали россиянам вопрос, почему они разводят дома цветы.
50% украшают

таким образом интерьер, 20% считают, что цветы улучшают микроклимат в квартире, 16% уверены, что цветы помогают снять стресс, а 30% разводят цветы просто так.

Какие же растения чаще всего можно увидеть на наших подоконниках? Вот так выглядит первая пятерка.

- **1.** Фиалка **36%**
- 2. Кактус **33%**
- 3. Алоэ **12%**
- **4.** Пальма **11%**
- 5. Фикус **11%**

#### Новые технологии



# Да будет свет!

Вам знакома ситуация: рано утром вы щелкаете выключателем, и... на несколько секунд яркий свет буквально ослепляет. Может, стоит поменять лампочку?

Чудо-лампочки, которые загораются постепенно, появились на российском рынке недавно. Они подходят для любого светильника, потребляют в пять раз меньше электроэнергии, служат в десять раз дольше и не нагреваются выше 60°С. Это адаптированный вариант люминесцентной лампы, и производители предлагают пять оттенков света от теплого, близкого к свету обычной лампы накаливания (у General Electric и Philips таким лампам соответствует маркировка цвета 827) до холодного дневного

света. Стоит такое удовольствие недешево: средняя цена фирменной энергосберегающей лампочки от 100 до 400 рублей.

Единственный минус - эти лампочки относятся к классу газоразрядных ртутных ламп, и, хотя содержание ртути в них меньше, чем в градуснике, с ними нужно обращаться осторожно. Если нет возможности сдать использованную лампочку в пункт утилизации, не выбрасывайте ее в мусоропровод, а отнесите в мусорный контейнер на улице, хорошенько упаковав.

#### гость из будущего

Повышение надежности банкоматов — не единственный вопрос, занимающий умы конструкторов автоматических кассиров. Американская компания «Терадата» совместно с Университетом Южной Калифорнии разрабатывает комплекс, который должен будет определять настроение клиента, пришедшего за деньга-

ми, и вести себя соот-

ветственно.

## Гляди веселей

Видеокамера сканирует лицо, компьютер анализирует мимику. Если вы не в духе, банкомат выдаст вам на экран анекдот или шуточный рекламный ролик

может тут же заменить его на другой, если заметит, что ролик вам не понравился. Если вам трудно рассмотреть текст на экране, машина сразу увеличит размер шрифта.





## На радость себе и соседям

13-за протечек в стиральных машинах в «зоне бедствия» можете оказаться не только вы, но и ваши соседи, и тогда это вдвойне ударит по карману. Но этого не произойдет, если ваша машина оборудована системой Аква-стоп, например WFR2830 компании Bosch.



Уникальная система защиты от протечек стала результатом многолетней работы над повышением надежности стиральных машин. При повреждении в наливном шланге, электроснабжении или самой машине Аква-стоп мгновенно блокирует подачу во-

ды. За несколько лет существования этого изобретения не известно ни одного случая, чтобы система подвела.

## Телефон на радиоволне

На рынке мобильных телефонов портативные гарнитуры Hands Free являются едва ли не самыми востребованными аксессуарами.

Е нии это устройство сильно напоминает беруши, советуем обратить внимание на новинку, которую выпустила компания Sony Ericsson, — это модель со встроенным FM-приемником HPR-20.

В машине вы можете слушать радио, не боясь пропустить звонок, и, чтобы ответить, вам даже не придется убирать руки с руля. Когда поступает сигнал вызова, звук автоматически приглушается, и можно говорить,

не напрягая слух. По окончании разговора радио снова автоматически включается.

Помимо двух стереонаушников и штекера,

HPR-20 оснащен светло-синим дисплеем, на котором отображается дежурная информация: частота, номер канала, уровень громкости и прочее. И весит все это всего 20 граммов.

Большая часть российских пользователей Интернета, 41%, выходит в сеть с рабочих мест, 32% — из дома, 17% — с места учебы, а 9% посещают Интернет-кафе.

— Фонд «Общественное жиления»

-www.mobilenews.ru

## Чего только не бывает°

ело было в автомастерской, я смотрел, как механик чинит бензобак моей машины, и тут ему на одежду упала искра. Его форма тут же загорелась, и он еле успел выбраться из-под машины. Я схватил брезентовый мешок, который лежал рядом, и стал изо всех сил тушить огонь, который уже распространился по всей его форме. Представьте себе мое изумление, когда пострадавший вдруг стал уворачиваться от моих ударов, а потом закричал: «Эй, вытащи инструменты из мешка!»

С обираясь на собеседование по поводу приема на работу в библиотеку, я посоветовалась с братом, как мне лучше себя вести.

 Просто говори потише, — посоветовал он.

-шарлотта джозеф, Великобритания

ЕРЕЗ ГОД ПОСЛЕ ТОГО, КАК МЫ С мужем расстались, я решила, что пришло время подыскать себе нового спутника жизни. Не зная, с чего начать, я первым делом проглядела колонку частных объявлений в местной газете. Три из них показались мне заслуживающими внимания.

Пару дней спустя я обнаружила на автоответчике сообщение от моего бывшего мужа. «Вчера я заезжал навестить детей, — услышала я, — и случайно увидел, что ты обвела в кружок несколько объявлений в газете. Тому, кто во втором столбце, можешь не звонить. Сразу тебе говорю: ничего из этого не выйдет. Это я».

-пат пател, *США* 

оя приятельница Арди все делает очень быстро. Она может в мгновение ока перемыть посуду, испечь плюшки или сшить одеяло из лоскутков. Но один случай заставил ее задуматься, не слишком ли далеко она зашла. Спеша на работу, она заметила полицейскую машину и тут же сбавила скорость. А потом расхохоталась, вспомнив... что идет пешком.

-луис кэтлин, Канада

умовго отца очень редкие волосы, и как-то раз, когда парикмахер закончил его стричь, папа в шутку сказал: «Раз у меня осталась только половина волос, надо брать с меня вдвое меньше денег».

А парикмахер ответил: «Я потратил вдвое больше времени на то, чтобы их разыскать».

-дин дэвис, Канада

обнаружил под крышей своего гаража осиное гнездо. Полный решимости избавиться от не-

го, я сказал приятелям, что собираюсь проткнуть его палкой. Они пришли в ужас и посоветовали мне пригласить специалиста.

Приехал человек из службы борьбы с сельскохозяйственными вредителями, взял с меня 25 фунтов, осмотрел гнездо и сказал, что на вид оно пустое.

Потом он проткнул его палкой. —джеффри ноукс, *Великобритания* 

Ак-то во время ужина муж сказал: «Надо купить тебе поварской колпак». Польщенная, я скромно ответила: «Еда как еда. Я готовила такую и раньше».

 Знаю, — сказал муж, — я просто обнаружил у себя в тарелке пару твоих волос.

-морин фратини, *Австралия* 

одной моей знакомой исполнилось 99 лет, и на ее дне рождения я сделала несколько фотографий. Пару дней спустя я принесла ей снимки, чтобы она отобрала для себя самые лучшие.

Боже мой, — сказала она,
 перебирая фотографии, — я
 выгляжу так, будто мне сто лет.

-хелен б. марроу, *США* 

осле автомобильной аварии у меня на лице остался шрам. Как-то на заправочную станцию, где я работаю, подъехал мужчина и, взглянув на меня, воскликнул: «О боже, что это у вас с лицом?»

Я рассказал ему об аварии и думал, что на этом он успокоится. Но мужчина продолжал расспрашивать меня о деталях происшествия и, заправившись, сказал мне на прощание: «Послушайте, да не волнуйтесь вы так, шрам не так уж и заметен».

-роберт гобел, *США* 

ой муж ненавидит покупать одежду, но когда нас пригласили на свадьбу, я все-таки потребовала, чтобы он наконец-то купил себе новый костюм.

Когда мы вошли в магазин, он угрюмо попросил продавца показать ему самый дешевый костюм. Заметив выражение ужаса у меня на лице, продавец принес большое зеркало и поставил его перед мужем.

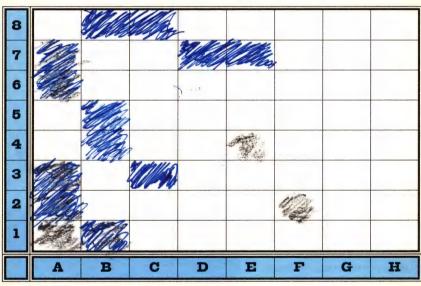
-рейчел олдред, Великобритания



## Вот так задачка!

#### Составил Сергей Замедянский

а подобии шахматной доски спрятан графический рисунок. Каждой клетке доски соответствует определенное утверждение из приведенных ниже. Если вы согласны с утверждением — заштрихуйте клетку, если нет — оставьте клетку пустой. Если вы все сделаете правильно, увидите на доске заданный рисунок. Кстати, для милых дам это задание может оказаться проще, чем для мужчин. (Ответы см. на с. 130).



#### № Вопрос

- **А1** Скраб домашние пожитки.
- **А2** Кольраби это овощ.
- **АЗ** Молочник это сосуд для молока и продавец молока.
- **А4** Софа древнегреческая лирическая поэтесса.
- **А5** Помадка это маленький тюбик губной помады.
- А6 Таис Афинская была гетерой.
- **А7** Коса и речная отмель, и вид женской прически.

#### № Вопрос

- **А8** Шопинг то же, что и шейпинг, только по-немецки.
- **В1** Астрологический знак Девы идет после знака Льва и перед знаком Весы.
- **B2** Полина Виардо была музой Льва Толстого.
- **ВЗ** Бланшировка это боевой прием.
- **В4** Джинсовая ткань называется «деним».

#### Nº Bonpoc

- 8 марта 1941 года родился Андрей Миронов.
- **В6** Пилинг компьютерный термин.
- **В7** Перванш оттенок красного.
- **В8** Кабошон форма огранки драгоценных камней.
- С1 Родина кофе Африка.
- **С2** Калач и кулич это одно и то же.
- СЗ Самшит это растение.
- **С4** Кохия это вирусное заболевание.
- **С5** Сотейник кастрюля, дно которой имеет вид пчелиных сот.
- **С6** Афродита родилась из морской пены у острова Крит.
- **С7** Мята любое помятое растение.
- **С8** Авокадо это аллигаторова груша.
- **D1** Пруд и озеро это одно и то же.
- **D2** Батик техника получения многоцветной ткани.
- **D3** В одном часе 360 секунд.
- **D4** Карат мера веса драгоценных камней, равная 200 мг.
- **D5** Метаболизм обмен веществ в организме.
- **D6** Пахта вид мебели.
- **D7** Спа курорт в бельгийских Арденнах.
- **D8** Имя актрисы Мордюковой Инна.
- **Е1** Автор повести «А зори здесь тихие» Василь Быков.
- **E2** Родина вина кьянти провинция Тоскана в Италии.
- **ЕЗ** Жабо то же, что и боа.
- **Е4** Килт юбка шотландца.
- **Е5** Глубина самого глубокого места на земле больше, чем высота самого высокого.

#### № Вопрос

- **Е6** Кашне декоративный горшок.
- **Е7** Яйцо женская половая клетка.
- **Е8** Баккара тип английского классического фарфора.
- **F1** Мулине вид пряжи.
- **F2** Кокотница любительница пофлиртовать.
- **F3** Мнемозина имя матери девяти муз.
- **F4** Гаспачо сырая рыба.
- **F5** Кипарис и драконовое дерево это одно и то же.
- **Г**6 Писатель Гриневский автор повести «Алые паруса».
- F7 Имя Мария означает «светлая».
- **F8** Альпака род лам, гибрид гуанако и викуньи.
- **G1** Столица Мальты Валетта.
- **G2** Конфитюр новогоднее украшение.
- **G3** Канапе маленький дачный гамак.
- **G4** Жожоба растение из пустыни.
- **G5** Канва основа для вышивания.
- **G6** Верста равна 300 саженям.
- **G7** Музей Прадо находится в Париже.
- **G8** Гризайль живопись, выполненная оттенками одного цвета.
- называется канцона.
- **H2** Бестселлер значит «лучший по продажам».
- **H3** Одно из названий черной керамики буккеро.
- **H4** Глясе это чай со взбитыми сливками.
- **H5** Фен то же, что и жаргон.
- **H6** Гагат это черный янтарь.
- **H7** Жену Зевса звали Гера.
- **H8** Буриме пресная южноамериканская лепешка с начинкой.

#### реклама



Депрессия — не синоним «подавленности» и не признак «слабости» воли. «Недуг, которому причину давно бы уж найти пора...» теперь считается заболеванием. Депрессия связана с понижением в головном мозге содержания нейромедиатора серотонина. Причины возникновения депрессии бывают разными — стресс (чрезмерная нагрузка на работе, финансовые трудности, проблемы в личной жизни и т. п.), наступление холодного сезона, циклические изменения в организме женщины (не случайно у женщин это заболевание встречается в 8 раз чаще).

Депрессия может проявляться и в различных вегетативных нарушениях. Для любой ее формы характерно длящееся более двух недель плохое на-

строение.

Побороть депрессию можно комплексными мерами, включающими изменение рациона питания и образа жизни, а также прием специальных препаратов.

Препараты-антидепрессанты делятся на две большие группы — синтетические и природные. Синтетические эффективны, но имеют большое количество побочных эффектов.

Самым действенным природным антидепрессантом является трава зверобоя, нормализующая выработку серотонина.

Эффективность препаратов зверобоя аналогична синтетическим антиде-прессантам, в то же время их отличает минимум побочных эффектов.

#### Что такое Негрустин?

Негрустин представляет собой сухой экстракт травы зверобоя, стандартизованный по компоненту, обладающему

антидепрессивным действием, гиперицину. Негрустин показано принимать при депрессиях легкой и средней тяжести, вегетососудистой дистонии, тревожных состояниях, бессоннице или, наоборот, сонливости.

Негрустин поможет женщинам, у которых предменструальный синдром сопровождается психоэмоциональными нарушениями, а также тем, кто хочет похудеть, но испытывает проблему

соблюдения диеты.

Негрустин облегчает течение синдрома хронической усталости, алкоголизма, наркомании и лекарственной зависимости, снижает интенсивность головных болей и облегчает ревматические боли.

Чем Негрустин лучше отвара или

настойки травы зверобоя?

Дело в том, что в природном сырье количество биологически активных компонентов сильно зависит от количества исходного сырья, места произрастания, погоды, условий сбора и т. п. В Негрустине же содержится строго определенное (и достаточно высокое!) количество биологически активных компонентов, что гарантирует его эффект.

При отсутствии других назначений Негрустин в капсулах следует принимать первые 2 недели по 1 капсуле 2 раза в день; а затем по 1 капсуле 1 раз в день. Негрустин раствор для приема внутрь назначают взрослым и детям в возрасте старше 12 лет — 3 раза в день по 1 мл. Негрустин следует принимать во время еды. Оптимальный курс лечения 6–8 недель. При приеме Негрустина следует избегать длительного пребывания на солнце и посещения солярия.

Представительство Гексал АГ в РФ: 121170, Москва, ул. Кульнева, д. 3 E-mail: hexal@hexal.ru Тел.: (095) 787-85-88

## нетрустин : Выше настроение!



#### НЕГРУСТИН<sup>®</sup>

(Сухой экстракт травы зверобоя)

#### Природное средство для лечения:

- Мягких и умеренных депрессивных расстройств
- Вегетососудистой дистонии
- Психосоматических расстройств,
- включая боли в спине
- Тревожных состояний
- Синдрома хронической усталости
- Сезонных депрессий
- Психоэмоциональных расстройств при менопаузе

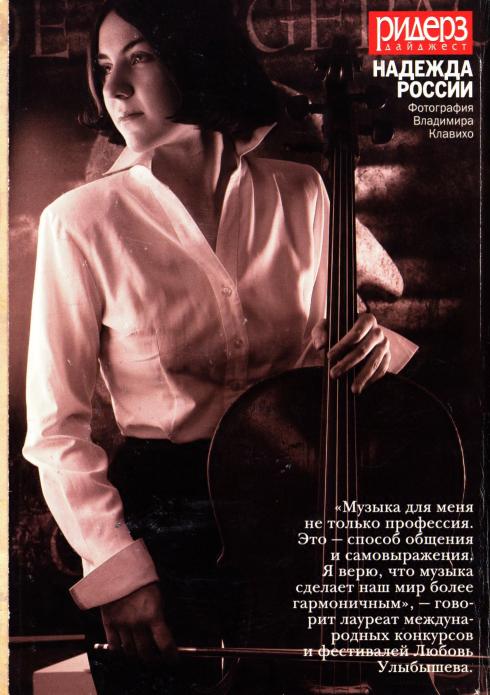
Высокое содержание гиперицина обеспечивает высокую эффективность и экономичность лечения



Галерея здоровья Гексал Лекарственные препараты из Германии: качество и сервис по доступным ценам



Pez. yd. П-8-242 №011147/17.06.99; П №014366/01-2002 от 10.09.2002





Хотите, чтобы стиральная машина служила Вам долго? Тогда пришло время обратить внимание на проблему жесткой воды. И найти для нее достойное решение!

Вода в большинстве городов России, включая Москву, жесткая и среднежесткая. И в первую очередь это сказывается на машинной стирке, ведь причиной большинства поломок стираль-

ных машин является именно жесткая

вода. Говоря научным языком, степень жесткости воды характеризуется определенной концентрацией

солей кальция и магния. так называемых солей жесткости. В процессе стирки соли жесткости приводят к образованию накипи на нагревательном элементе и других важных частях стиральной машины. Это влечет за собой поломки стиральной машины, увеличение затрат на электроэнергию и моющие средства, и необходимость дорогостоящего ремонта.

Индикатор жесткости воды на следующей странице → → -

Рекомендуют все ведущие производители стиральных машин





















WASHING MACHINE

Защитить вашу стиральную машину и белье поможет Calgon — – высокоэффективное средство, содержащее активные элементы, смягчающие воду. Calgon нейтрализует соли жесткости, предотвращая образование накипи на деталях вашей стиральной машины.

#### Что делать, если у Вас жесткая вода?

Добавляйте Calgon к стиральному порошку при каждой стирке и любой температуре и будьте уверены,

что с Вашей машиной ничего не случится, а на белье не появится известковый осадок.

Calgon смягчит воду, а это значит, что Вам понадобится меньшее количество стирального порошка, рекомендованное для мягкой воды. Регулярно используя Calgon в регионах с жесткой водой, можно сэкономить до 30% порошка!



- Воспользуйтесь прилагаемой тестовой полоской для определения жесткости Вашей водопроводной воды.
- Если два деления на полоске покраснели, Ваша вода среднежесткая, если более, то жесткая или очень жесткая.





Рекомендуют все ведущие производители стиральных машин











SIEMENS







